

让运动更时尚的不是颜值,而是“暴走的萝莉” 陈暖央:奔跑的每一步都踏出更多自信与精彩

本报记者 毛锦怡

她是健身界的大V,拥有粉丝150多万;她是一位普通大学生一路成长为金冠店铺店主,开设天猫旗舰店,并创立了运动服装品牌“暴走的萝莉”,2015-2017年两年间,淘宝年销售额从7000万元蹿升到1.5亿元;为了公益事业,她为山区贫困学生捐出一个跑道;她还成为雅加达亚运会中国籍火炬手……

网红经济时代,这么有个性、有创新力以及正能量的偶像并不多。上周日,杭州女子国际马拉松赛场上,记者就巧遇到了这位美丽的90后健身达人,作为本届马拉松形象大使的陈暖央迎来众多粉丝的争相合影,这位随性大方的妹子还开心地分享起她健身与创业的幕后故事。

A 因为失眠与健身结下不解之缘

陈暖央从小就喜欢跳舞,但最开始跳舞的原因是可以不用上课。“学校经常有汇演或比赛,每次都可以借口排练逃离教室,对小孩子来说很有吸引力。”

后来,陈暖央进了当地高中的特长班,又考入杭州师范大学音乐专业。当时还在念大学的暖央,参加了瑞丽模特大赛,虽然不算大红大火,但是娇小可爱的面容还是为她积累

了一点点名气,但是热爱自由的她还是放弃了模特行业,并且选择了考研。

在考研期间,她的精神状况一直不太好,同时因为主修的专业比较特殊,对身形的高要求让她在这段时间内选择了节食这个最不健康方法来保持身材,以至于身体超负荷。那段时间,暖央整夜失眠,甚至开始自我怀疑。几乎面临崩溃的她向朋友求



救解决失眠的办法,朋友建议她让自己累一点,累倒了就会睡着。

之后,暖央办了自己的第一张健身卡,她也因此和健身结下了不解之缘。“当时也没想过太多,只是单纯地想尝试一下从锻炼入手改善自己的身体健康情况。”在坚持健身一段日子后,她的身体状况大有改观,也改

变了她认为以瘦为美的审美观念,进而追求更加科学的健身方式。慢慢地,皮包骨的身材变成了凹凸有致的线条,马甲线、人鱼线、腰窝等所有标志性的线条也都随之而来。再后来,她在微博上渐渐走红,如今她微博积累的粉丝已经达到了150万,俨然成为了一枚健身界的大V。

B 转型创业开淘宝,时尚的健身衣让她淘到第一桶金

按照一般网红的做法,微博积累到一定的粉丝,只要打打广告,卖点小东西也能活得非常滋润,但是陈暖央并不满足这样的小生活,进而选择了一条更加艰难,但是却更有挑战的路——创业。

一开始暖央创业的动力很简单:“女生都是爱美的,在当时的淘宝上搜健身衣,出来的款式都比较单调,不够好看。于是,她就想着能不能

开一个淘宝店,卖一些好看的健身衣?”说干就干,拿着几千块钱,开始在1688上批发进货。三四款文胸、短裤,暖央的“暴走的萝莉”就这样开张了。暖央最初微博的粉丝可以说是“暴走的萝莉”的种子客户。每次她在微博上发自己穿健身衣的效果,立马就有粉丝来问“这件衣服哪里买的?”

回想起创业的起步阶段,暖央觉

得非常艰辛,采购、设计、拍摄、客服、发货的工作几乎都是自己完成。基本上每天除了锻炼的时间,一天剩下的所有时间就花在经营淘宝店上了。

后来店铺盈利了,暖央并没有满足现状,以最快速度推出适合市场的产品,组建了设计、生产的团队,从此“暴走的萝莉”终于真正暴走起来。

如今,“暴走的萝莉”成为淘宝女性运动服饰的龙头品牌之一。在2015年-2017年短短两年间,“暴走的萝莉”完成了销售额7000万到1.5亿的翻倍奇迹。后来还成功进驻天猫。这不,双十一马上就到了,“暴走的萝莉”旗舰店也送出了最大的福利,不仅如此还有粉丝互动活动。跟着暖央一起奋斗的小伙伴们也都磨拳擦掌,进入“迎战”状态。

C 积极参与公益体育,在跑步中跑出自信和精彩

除了忙于自己的事业,陈暖央也很享受参与各类公益体育。今年6月,阿里巴巴发起国际奥林匹克日公益跑活动“益起来”,用户每天可

以累计步数进行捐赠兑换。暖央作为淘宝公益的代表,为山区学校的孩子送出了一条跑道。今年夏天,这个爱运动的阳光女孩还收到了来

自进入了雅加达亚运会组委会的橄榄枝,成为雅加达亚运会中国籍火炬手。

陈暖央告诉记者,今年,自己

对于跑步有了全新的体验与理解。在奔跑的过程中其实就是一场与自己的谈话,每一步都踏出自信与精彩。

在西湖边“翩翩起舞”成为亮丽的风景线 “轮滑大叔”丁永寿的青春梦

本报记者 余敏刚

说起轮滑,总觉得是年轻人的潮流运动,但在西湖边,有这么一位大叔。一只简约风格的双肩包,一双黑色手套,一个别在腰间放着旋律的收音机,再外加一套几百块钱的轮滑鞋,伴随着音乐,滑动出美丽的舞步,还时不时地向游客微笑并挥手致意。他的热情吸引了众多游客上前和他合影留念,这个轮滑大叔叫丁永寿。

丁永寿是杭州本地人,每天都会到西湖边玩轮滑。上周五,在浙江省博物馆门口,记者遇见了他,只见他在人群中快速滑过,蹬地、收腿、切步转弯、重心转换……穿着轮滑鞋的变换着动作,身体轻盈,时而低头滑行,时而匀速旋转,一连串高难度动作,他玩得轻松自如,一气呵成。别看他现在滑得轻松自如,他告诉记者,初识轮滑,练习时可没少摔跤,没少吃苦头。

“3年前,我开始接触这个运动。

学习轮滑的灵感来源于“轮滑三剑客”,一次偶然的机会我在西湖边散步,看到翁国华、骆陈法、王阿根组成“轮滑三剑客”觉得非常有意思。自己就尝试了几次,觉得很好玩,一眨眼就玩到了现在。”丁永寿开心地说,“当然最主要的原因是我特别喜欢尝试具有挑战的运动。其实按我这个年龄来说,一般打球的比较多,羽毛球、篮球之类的,但是我这人就是对那种技术含量不太高的运动不太喜欢,所以我就选择了这个运动。”

起初丁永寿每天只能跟着他们做做简单的轮滑动作。后来他通过网上的教学视频学习,又经过半个月的摸爬滚打,才勉强能穿着轮滑鞋自由滑行。“这个东西我觉得就是难者不会,会者不难,在不会的人眼里看它好像很难。实际一旦学会了,其实很简单。”随着练习时间的不断增多,

丁永寿掌握了许多技巧,现在他已经可以穿着轮滑鞋尽情滑出各种动作。

“现在,我就是一直在练平滑动作。平滑是轮滑的一种,轮滑有竖滑……还有平滑动作,还有一个是极限轮滑。”谈到轮滑动作,丁永寿非常兴奋。

在练习轮滑的过程中,丁永寿也结交了一些有共同爱好的朋友。“我们有空也会聚在一起。特别是“轮滑三剑客”成名已久,很多媒体都采访过他们。相对来说他们的年龄都比我大,跟他们也是从轮滑的过程中交流一些经验,大家玩轮滑都是为了锻炼身体。在锻炼身体的同时,在身体条件允许的话,也会练一些高难度的动作。”不过让他最难忘的还是每当外地游客对他的表演竖起大拇指时,那种油然而生的自豪感让他久



久不能释怀。

每天坚持轮滑,到现在已经三年半。几分钟下来,丁永寿的头发和衣服已经全都湿透。但他稍作休息,简单擦了擦汗后又继续滑行。他说,他很享受玩轮滑时飞一般的感觉,只要在身体允许的情况下,他会将轮滑进行到底。