

从花式刹车“温州第一人”转型轮滑教练 追风少年刘聪聪将爱好做成了事业

随着全民健身的普及,轮滑运动受到了青少年的普遍欢迎。轮滑爱好者戴着专业护具,时而速滑疾行,时而急刹耍酷,时而绕桩摆舞,享受着“贴地飞行”所带来的快乐。在温州市区梦多多小镇上的壹路溜轮滑俱乐部里,也“隐藏”着一位轮滑高手刘聪聪,他的花式刹停(以下简称“花刹”)技术可以称得上“温州第一人”。从六年前的轮滑少年,再到如今的轮滑教练,刘聪聪很庆幸自己能将兴趣变成工作。

享受追风的快感

今年26岁的刘聪聪从小学开始接触轮滑,自幼生性好动的他对任何新鲜事物都想尝试,轮滑就是他最热衷的运动项目。“那时上塘广场上租一双轮滑鞋还只要5块钱一小时,每当周末,我都会滑到晚上8点才回家。”

刘聪聪记得,周末下午是自己童年最快乐的时光,虽然那时的自己还不会任何轮滑技巧,但只要穿上那双轮滑鞋,就感觉自己有追逐风的力量,“享受靠双脚去冲刺的感觉,每次轮滑都仿佛自己在飞。”回忆起小时候的趣事,刘聪聪笑着说。

“学习轮滑运动有益于人的平衡能力、协调性和灵活性,对于调节心理,舒缓神经,强身健体都有很好的作用。”刘聪聪深知轮滑的益处。初高中繁重的学业阶段,刘聪聪一度没有时间继续联系轮滑,直到上了大学,他终于有精力全身心投入。

单练花刹成温州“第一人”

考入浙江工贸职业技术学院后,刘聪聪第一时间加入了轮滑社团。那时正好有轮滑专业运动员退役后到学校进行指导,这可让刘聪聪见识到了轮滑的多样性。

从速度轮滑,再到速度过桩,还有花样轮滑,甚至还有极限运动和技巧,在专业运动员的指导下,刘聪聪刻苦训练,技术有了明显的进步,而最让他自豪的则是出类拔萃的花式刹停技术。

“小时候享受速度,而长大后轮滑再度给我打开新世界,让我知道轮

滑还有漂移的感觉,而花式刹停就是这项技巧的集中展示。”刘聪聪表示,为了成为温州花刹第一人,他吃了不少的苦。

花式刹停是自由式轮滑中的一个项目,是在规定的距离内起跑然后在运动状态用摆出刹停表中一个或多个(连接距离不超过一米的)花样动作直到停止。

别看只是一两个简单的动作,但在高速状态下只靠轮滑鞋上的两个甚至一个轮子急停下来,可不是一件简单的事情。这考验表演者的平衡感以及脚踝力量,而为了练好后单轮刹车,

刘聪聪“闭关”训练了两个多月。

“那年暑假,把自己留在了学校独自训练,觉得练习肯定费轮子,于是也搬来了一箱备用轮,每天就是奔跑急停,为的就是急刹立稳,”刘聪聪回忆。

起先,他会学习花刹“大神”的比赛视频,慢慢分解每个动作自己训练,在无数次的摔倒才有了后来一次次动作的突破。

现如今,刘聪聪可以完成单轮刹、双后轮蟹步以及一些高难度的花刹技巧,每次轮滑都能赢得满堂喝彩。

致力青少年轮滑推广

随着轮滑技术慢慢娴熟,刘聪聪能够玩出多种炫酷的动作和花样,也认识了更多志同道合的伙伴,还当起了教练。凭借着个人过硬的技术,他还顺利拿到了国家轮滑教练资格证书,并且考取了裁判员证。

大学期间,他和伙伴们一起组建了壹路溜轮滑俱乐部,致力于推广轮滑运动。经过六年的磨练和积累,刘聪聪在温州已小有名气,他和他的伙伴们教过的学员已有数千名。训练之余,刘聪聪和市轮

滑协会还经常组织学员到各地进行交流活动。

这几年,刘聪聪和市轮滑协会还经常开展各类轮滑推广活动,如在全市六大校区近百所学校开展“轮滑进校园”活动,还于去年邀请了轮滑世界冠军来温州市十余所学校进行表演教学;此外协会还捐赠价值5万元的轮滑器材给温州市特殊教育学校的孩子们,让这里的孩子也能感受到运动乐趣。

“带孩子们学习轮滑,要有爱心、细致,更要有坚持之心,最主要

的是要勾起学生的兴趣。让他们享受‘飞一样的感觉’。”刘聪聪说,轮滑从过去人们眼里“不务正业”的象征,到现在成为“青春阳光”的代名词,在温州开始深受大众群体,特别是青少年的欢迎和喜爱,不少学校还成立了轮滑社团,越来越多的家长都愿意让孩子去学轮滑。家长们也认同孩子学轮滑,训练了胆量,培养了吃苦的精神,也增强孩子的平衡感,同时这项运动比较有趣,适合孩子好动的天性。

(通讯员 徐家琪)

一“网”情深郭达峰——宁波业余网球界的“职业选手”

郭达峰是宁波市海曙区体育中心的工作人员,也是一位业余网球“大神”。说起他,宁波业余网球界的“老球皮”们都会竖起大拇指。网球场,他挥洒汗水;网球大师赛现场,他观摩呐喊;宁波各大网球赛事的后台,他跑前忙后热心张罗。在他看来,网球已经成为生命中重要的一部分。“对我来说,没有什么烦恼是一场网球赛不能解决的;如果有,那就两场。”

网球场上的追风少年

郭达峰接触网球的时间不算早。“我是2001年接触的网球,学了一年半,越打越上瘾,停都停不下来。”当时,郭达峰是浙江大学体育教育专业的大三学生,这堂网球选修课为他打开了新世界的大门。之前他从没接触过网球,“我之前爱打篮球、踢足球。网球是个未知领域,没想到摸到网球杆后我就放不下了。”郭达峰把大把的时间扔在网球场上,“最疯狂的时候,一天平均练七八个小时,有些副课索性翘课不去上。”除了发奋

苦练,郭达峰还经常找高级别的球友切磋球技,平时还爱琢磨几个网球明星的打法。

练习网球一年,他兴冲冲的和球友一起报名参加当年的浙江省网球公开赛,却在小组赛就被淘汰出局。他说自己犯的是新手常见的错误,“新手总是凶猛有余,球速很快,但战术意识不强。而那些‘老司机’,看着打得不怎么样,他们讲究人员配对、战术安排,所以最后总是赢。”第一次“出师不利”,郭达峰深感自己还不够成熟。“你看我现在的球拍半年才断一根,年轻时一周到半个月就断了。”他开始反思自己冲动又暴力的打法,同时研究起网球场上的技术、心理和战术。2008年开始,郭达峰迎来了量变到质变的跃升——球技大爆发。

别人眼里的“网球疯子”

作为业余高手,郭达峰与队友一起,曾代表宁波登上过国内业余赛事的顶峰。2011年至2013年,他们连续三年在“中国龙”全国业余网球团体

赛中夺冠。宁波市和浙江省内大大小小的各类网球公开赛,更是拿奖拿到手软。

郭达峰的身边有一群和他一样热爱网球运动的球友。几年前,他们组建一个网球群,群名叫“宁波老炮网球群”。为什么叫这个名字?他笑着解释,“群里的球友年纪大多在40岁左右,大家的技术都不错,就这么叫开了。”每周六,他们风雨无阻,以球会友。在很多球友眼里,郭达峰是一个不折不扣的“网球疯子”。每年,他都会抽时间去观摩网球大师赛,行程来去匆匆,他乐此不疲。两年前,他和球友一起去深圳参加“福田杯”全国业余网球俱乐部公开赛。当天航班延误,飞机直到第二天凌晨2点多才从宁波起飞。他们只休息了一个多小时,就投入了比赛。几个回合下来,顾不上休息,又匆匆踏上了回程的航班。“常有人说我是‘网球疯子’,说实话我也不知道这旺盛的精力是哪里来的,我想这就是热爱吧。”他自嘲说。

热心网球事业的“大忙人”

近年来,随着全民健身的热潮,昔日被称作“贵族运动”的网球运动趋于平民化,宁波打网球的队伍在逐渐壮大。郭达峰介绍,目前注册在宁波网球协会的网球俱乐部有三四十个,正式注册的会员有三四百人。网球运动的花费到底高不高?“和其它运动相比,网球运动其实花费不算高,4个人一起租一个场地AA制的话,2小时每个人平摊的花费不会超过100元。”至于网球的最大件装备球拍,“1000多元的那种绝对够用了。”

作为宁波市网球协会的一员,郭达峰经常出现在宁波各大网球赛事现场,忙前忙后地张罗。和所有协会里的成员一样,他说自己纯属义务劳动。“2018年宁波市网球协会举办的网球赛事比较多,有得忙了。”即便组织赛事打不了网球,他的心情也是乐呵呵的,“网球和我的生活已密不可分。对我来说,能为大家组织网球比赛也是一种享受。”(通讯员 庞锦燕)