

同舟共济 破浪前行 这些来自世界名校的学霸们， 划着龙舟架起了交流的平台

本报记者 周 斌 文/摄

本报讯 昨日,首届国际名校学霸龙舟赛在杭州经济技术开发区金沙湖开幕,哈佛大学、牛津大学、浙江大学、北京大学等 15 所国内外知名高校龙舟队齐聚杭城,以舟会友。

午后的阳光虽说有些耀眼,但丝毫不影响“学霸”们比赛的热情。随着裁判的一声令下,鼓声号声齐鸣,来自名校的学霸队员们铆足了劲奋力划桨,划破波光粼粼的湖面,如同离弦之箭一般冲向终点,扬起阵阵浪花。

来自牛津大学的詹妮弗告诉记者,她从 10 岁接触皮划艇,练习至今已有 10 年的时间,这次和同学们一同来到杭州,她显得相当兴奋:“来到中国赛龙舟感觉非常奇妙。杭州这座城市也非常棒,我们享受比赛的每一天,这对我们来说是难忘的记忆。”一直在始发点等候詹妮弗的亚历克斯附和道:“这样比赛经历是前所未有的,尤其是这里的食物。”正当两人讨论什么中餐更好吃的时候,牛津大学龙舟队的其他队员纷纷赶来祝贺詹妮弗获得女子双人皮艇第一名。

现场,亚历克斯跟随伙伴前往检录点准备从没有尝试过的八人龙板绕标赛。八人龙板绕标赛由六名大学生搭配两名中学生进行比赛,而在此之前他们从没见过彼此。来自杭州育澜剑桥国际中心高一的许圣便是选手之一,和他一起携手比赛的是北京大学的同学,之前他从没有接触过任何水上运动:“说实话,皮艇还挺难的,而且



非常累。刚开始训练的时候经常翻船,水里也挺凉的。”许圣边说边用手比划着翻船的模样,“但是,能和这些很厉害的哥哥姐姐们一起比赛,也是有些小骄傲的。”

可以说这次龙舟赛,不仅是名校学子参与体育竞技展现运动风采的一个平台,也是国际青年精英相互交流增进友谊的一次盛会,同时也为正在奋力前行的少年们树立了榜样。

值得一提的是,本次龙舟赛还设有小学组单划艇 200M 直道赛,杭州多所小学纷纷参加。三年级的陈大正在妈妈的陪伴下来参加比赛,“以前我瘦的时候还挺喜欢运动的,可后来越来越胖,忽略了运动。但自从开始练皮划艇,我的肌肉重新紧实起来了。”陈大正

从 2016 年开始训练皮划艇,起初天气冷的时候,妈妈还有些心疼,可看着孩子喜欢这项运动,并且在皮艇的陪伴下逐渐成长,她觉得没有选错。比赛时陈大正用自己喜欢的玩具激励自己取得好成绩,却在赛后摇头对妈妈说自己并不需要,“虽然我很喜欢那套玩具,但比赛是自己,而不是要用物质去兑换的。”当问起赛场上学霸哥哥姐姐们,陈大正挺起小胸脯指着斯坦福大学表示他会努力成为其中一员,因为皮艇让他学会不断坚韧前行。

赛龙舟是我国具有悠久历史的民俗体育活动。此次活动是全球青年精英的体育盛会,对加强国内外高校水上运动交流,推动龙舟、皮划艇等水上运动的普及有重要意义。

杭城这场女性健身嘉年华 乐翻“半边天”

通讯员 顾奕聪 赵骏 实习生 郑世颖

本报讯 日前,杭州市妇女活动中心一楼广场上人声鼎沸,一场集健身展示秀、趣味达人赛、健身咨询服务的“健身达人汇,精彩秀出来”健身嘉年华火热上演,点燃了在场参与市民的热情。

据悉,本次活动分为三个版区,活动中心的正门口陈列着四个服务帐篷,方便市民免费进行健身及健康咨询;右侧搭建了一个舞台,来自杭州市腰鼓协会、杭州市啦啦操协会等带来精彩纷呈的节目表演;左侧是一个趣味挑战赛的区域,大家可在此尝试不同的趣味运动项目。

当天上午九点半,活力四射的蹦床表演拉开了健身展示秀的帷幕。网红健身达人何宁宁来到现场,倡导大家利用健身的方式去瘦身,结合有氧与无氧运动健身塑型,而不是依靠节食和减肥药。

来自杭州市腰鼓协会的阿姨们带来国手鼓舞、腰鼓舞等表演。市腰鼓协会执行会长时玉芬告诉记者,军鼓、腰鼓、手拍鼓、广场舞等诸多健身项目都是队员们的长项,平时没事的时候就会把大家聚在一起锻炼身体,来参加本次活动也是为了健身和放松心情。作为舞蹈大军的一员,邵莲珠表示:“我很开心加入腰鼓协会,不仅有益身体健康,还能结交到很多好朋友。”舞台上的选手和台下观众热情互动,可谓是嗨爆全场。

趣味达人挑战赛区域人头攒动,身手不凡的健身“达人们”参与各项比赛热火朝天,一分钟跳绳、一分钟踢毽子、一口气吹蜡烛、一分钟投篮、单脚站指压板……前五项胜出的参赛者最终约战舞台 PK 平板支撑,在观众们阵阵热烈的加油声中诞生了本次活动最牛“健身达人”。

还有不少市民现场体验了健康咨询服务,测体脂、问中医,对自身的健康情况来了一次全套“检查”,不少女性朋友都表示本次活动非常受益,不仅对自身健康状况有进一步了解,还增强了对运动健身的兴趣和认知。

据悉,本次“健身达人汇,精彩秀出来”杭州市女性健身嘉年华活动是杭州市首届女性艺术节线下活动的收官项目。杭州市妇女活动中心首届女性艺术节贯穿了整个阳春三月,让每一位女性在三月里享受美好与快乐,在绚丽的舞台上绽放异彩。

打造塔尖上的“宝石”,让足球小将自由逐梦

本报记者 马二龙

“以梦为马,不负韶华!”伴随着响亮的口号,整齐的步伐,随风舞动的旌旗,27日上午,在保俶塔实验学校首届“保实杯”校园足球节的启动仪式上,参加此次校园足球联赛的 24 支队伍悉数亮相。红蓝经典配色的巴萨队服,桑巴军团的金黄色上衣,还有黄黑条纹的“大黄蜂”……无论是五大联赛的豪门,还是历届世界杯国家队的常客,一个不落地出现在这个赛场上。

据悉,保俶塔实验学校是国家级体育传统项目学校,全国校园足球特色学校,浙江省体育特色学校,在近些年各级各类比赛中成绩斐然。去年第十三届全国学生运动会在杭州举办之余,国务院副总理刘延东一行还莅临

该校,观摩并指导学校阳光体育大课间活动。现女足国家队队长吴海燕,曾经就读于该校。作为足球特色学校,该校一直重视足球活动的开展,目前学校有中小学男子甲组、乙组、丙组足球队、小学女子足球队、中学男子足球队共 5 支足球代表队,每年积极参加杭州市、西湖区的各级足球联赛,并且获得了优异成绩。

“打造杭州市最好的校园足球比赛,让足球深入每一位师生的心中。”是本届校园足球节的宗旨。3 月底至 5 月,小学组的校园联赛即将拉开帷幕,紧随其后的还有 10 月中旬至 12 月初中组的较量。值得一提的是,不光有精彩激烈的足球联赛,首届保俶塔

实验学校校园足球节还办有足球文化大赛。随着各项赛事的开打,学校还向各班集体、学生、教师、家长征集与足球相关的文艺作品,根据不同的学习阶段,小学阶段有足球绘画、足球主题手抄报、足球征文、队徽创作;初中则是足球摄影、足球绘画、足球主题黑板报设计、队徽创作,还将在中小学各项中评选出一等奖 3 名、二等奖 5 名、三等奖 10 名,作为鼓励。

保俶塔实验学校校长周华松表示:“通过一系列的校园足球文化、比赛等活动,我们希望让每一位学生和更多的老师、家长参与进来。”同时,他也表示,希望通过比赛挑选运动员,为学校后备人才的选拔打下坚实基础。



短消息

@下城

本报讯 日前,2018 年杭州市校园足球教练员培训班在杭州市游泳健身中心举行。共有来自全市 15 个区县、187 所学校的 271 名校园足球教练和体育教师分两个批次进行培训,内容包括理论知识教育和实践两部分。
(通讯员 施立菲)

@下沙

本报讯 日前,杭州下沙开发区 2018 中小學生足球联赛开幕赛在杭州市文海实验学校(文清校区)田径场举行。今年的参赛规模为历史最大,共有 14 个学校 25 支队伍参加,参赛队员共 365 人。
(通讯员 朱 燕)

@萧山

本报讯 日前,余杭区体育局、教育局一行前往萧山区少体校考察体校办学模式。双方就“体教结合”方面进行了探讨,并表示今后将进一步加强各方面的交流和学习。为体校办学和发展拓宽思路。
(通讯员 朱晓虹)