

轻伤不下火线 这位姑娘入选柔道国家队 张雯:期待更宽广的舞台

在赛场上,她是敢打敢拼的帅气女汉子,哪怕手指被对手掰脱臼,依然坚持并赢得比赛;在生活中,她却是“萌萌哒”的软妹子,喜欢摆出一些可爱的表情玩自拍。她叫张雯,在中国柔道协会近日发布的国家青年柔道队集训的名单里,她的名字就在其中。

从田径“跨界”到柔道

出生于1999年的张雯是温州姑娘,小时候因父母在嘉兴工作,她也便在嘉兴上学。从小,张雯就喜欢跑跑跳跳,是一名运动小达人,还加入了学校的田径队,最擅长的是中长跑。六年级的时候,张雯参加南湖区的田径比赛,市少体校的柔道教练张建忠一眼就发现了张雯这个可造之

才。“当时觉得她身形修长,身体协调性好,爆发力很好,胆子也很大,说起话来嗓门大大的,性格很适合当运动员。”张教练说,因为柔道是一种以摔法和地面技为主的格斗术,通过把对手摔倒在地而赢得比赛,对抗性很强,强调选手对技巧掌握的娴熟程度,而非力量的对比,所以张雯各方

面的基础条件都挺适合的。招入麾下后,张建忠发现张雯不仅身体素质过硬,自己也很刻苦,所以技术水平提高得非常快。

“一开始我根本不知道什么是柔道,只是看着觉得很好玩。”张雯说,刚进入市少体校柔道队的时候,她特别羡慕师哥师姐们能做出这么多师

气的动作,真希望自己也能赶紧学会,于是她便特别刻苦地训练。

说到张雯的能吃苦,有一件事情特别能说明这一点。在去年的全国青年柔道锦标赛中,有一场比赛张雯的手指被对手掰脱臼,但是,倔强的她依旧忍痛继续比赛,几乎单手完成了10分钟的较量,最终赢得了比赛。

向着更高目标努力

从2014年开始,张雯就在省队训练,2017年12月,在为备战2020年东京奥运会而举办的2017年“龙杰杯”全国柔道公开赛中,张雯获得了女子63公斤级第二名的好成绩。近期,张雯又参加了由中国柔道协会举办的跨项选材暨国青队训练营

的选拔,通过了一系列的测试,她以U20的运动员身份,从300余人中脱颖而出,代表浙江队进入国家青年柔道队集训名单。结束4月13日至17日在河北省举行的2018年全国柔道锦标赛后,张雯就赴北京进行集训了。

“当时得知这个消息的时候就非常高兴,因为我一直希望自己能登上更大的柔道舞台,现在有机会和这么多优秀的运动员一起集训,参加更高规格的比赛,也就离自己的梦想又近了一步,我要更加努力提高自己。”张雯说,在平时训练比赛

中,她有一个榜样,就是她的师姐姚婷娴,两人是嘉兴市少体校的校友,更是张建忠教练麾下的同门姐妹。现在姚婷娴已经是一名国家队的正式队员了,张雯说,她也要向着这个方向努力。

(通讯员 王 燕)



言传身教

日前,在桐乡新世纪公园,一位老人带着徒弟在美丽的樱花树旁练太极。只见老人边打边口述要领,徒弟认真领会,好一幅和谐美好的画面。

通讯员 吴海燕 文/摄

温州太极拳名师刘建平の武艺人生

在温州有一位家喻户晓的太极拳名师,他叫刘建平。生于1952年的他自幼习武,精通陈氏、杨氏太极拳、八卦掌,在几十年的太极拳修炼和理论的探索中,创新性地将太极拳与八卦掌的动作结合,将力学、美学等融会贯通,成为江浙一带的太极名师。

1968年,16岁的刘建平就拜倒在武学大师徐金生门下,习练陈式太极拳,后又拜在太极拳泰斗级大师冯志强名下,成为入室弟子。除此之外,刘建平还是已故八卦大师王壮飞先生的得意门生。多年来,刘建平一直致力于推广太极拳健身运动,他在温州市职工太极拳培训中心担任总教练期间,多次在职工中办学习班。一直以来都是免费传授太极拳。他说:“太极拳首先就是健身,人们只有拥有强健的身体,才能更好地投入工作,生活的质量才能提高,人生才有幸福感。”

眼见着学习太极拳的百姓日渐增多,但是苦于当时没有统一协调的组织,刘建平不由得思考:“怎么样才能在当地把太极拳发扬光大,让更多人能够科学健身,幸福健身呢?”终于,在2014年,在他的牵头组织下,温州市太极拳运动协会成立。

“做到健身、养生、防身三合一。这便是组织创建温州市太极拳运动协会的宗旨。”刘建平直言,近年来协会通过工会、学校等系统展开公益培训活动,同时规范太极拳段位评级考试,提高温州太极拳运动的整体水平。他表示,接下来会再接再厉,通过不断努力,让太极拳在温州更好

地发展,让广大市民身体更健康、精神更饱满、生活更美好。

(通讯员 马 夫)



< 短消息

@建德

本报讯 日前,在2018年浙江省青少年阳光体育(体育传统项目学校)跆拳道比赛中,建德跆拳道明珠小学代表队小学甲组团体以总分高出第二名23分的优异成绩摘得冠军,这也是该校收获的省阳光跆拳道比赛第七个团体第一。据悉,建德市明珠小学是浙江省跆拳道后备人才培养基地,该校以跆拳道为特色,注重训练,学校以跆拳道比赛为契机,培养学生兴趣和锻炼习惯,打造了一支优秀的团队,整体带动了建德跆拳道的良性发展。

(通讯员 陈启浩)

@平阳

本报讯 日前,省武术协会南拳专业委员会在“全国武术之乡”平阳成立,来自全省各地级市武术南拳组织负责人、南拳专家、南拳项目非遗传承人等专业人士参加成立大会。

(通讯员 赵显品)

@嵊州

本报讯 日前,2018年绍兴市青少年武术散打锦标赛在嵊州市弘播实验学校重竞技训练馆举行,来自嵊州、上虞、诸暨等三支代表队共56名男女运动员参加比赛,分男女共25个组别进行角逐。经过紧张激烈的争夺,嵊州体校散打队15名男女参赛运动员共获得5金3银7铜的好成绩。

(通讯员 郑天祥)

@东阳

本报讯 日前,2018年东阳市第一期社会体育指导员暨太极拳健身气功骨干培训班举行。来自各镇乡、街道及市太极拳协会的100多名社会体育指导员参加为期5天的培训。

(东体)