

文化礼堂“孵育”草根运动社团 社区大妈“舞”出国门

日前,一曲《八月桂花遍地开》响彻在菲律宾举行的菲律宾浙江商会成立一周年庆祝大会上。现场,来自我省台州“奶奶级”排舞爱好者在台上尽情展示着她们的活力与美丽。

这群大妈怎么就“跳出”国门?其实她们是来自天台一群普普通通的家庭主妇,她们中没有专业的舞者,也没有接受过专门的训练,只因为有一颗同样热爱排舞的心,而聚拢在了一起。

63岁的李玉英是这支平均年龄近60岁的排舞队的组织者,她介绍,

几年前,她开始跟着姐妹们在夜幕下的广场跳跳排舞。现如今,从最初的几个姐妹一起跳着自娱自乐,到现在形成40多人规模的排舞团队,这红红火火的发展势头简直出乎李玉英的意料。

一群普通的家庭主妇组成的“奶奶级”的排舞队伍,怎么就受邀到了国外去表演了呢?这还要说到这次活动的负责人、菲律宾浙江商会的负责人张红阳女士,她感慨,自己常常在朋友圈视频看到了李玉英和队友们的训练和演出,被她们认真的态度和澎湃的激情所打动。“这和我

们浙江商人勤勤恳恳、永不服输的精神相契合,于是趁这次商会成立周年庆邀请她们来表演。”

近年来,随着我省大力开展农村文化礼堂建设,一批批文体表演团队、志愿者在各地涌现,她们不计报酬、不在乎得失,只是为了自己的兴趣爱好。李玉英就是其中一员,她们从最初小范围的自得其乐开始,慢慢地组建起成规模的运动团体,编排自己的节目,那里有活动就去哪里表演,只要能上台甚至大家伙而自掏腰包补贴路费也在所不惜。

据了解,李玉英所在的赤城街道像她这样的队伍就有60多支,从一家文化礼堂到另一家文化礼堂,这是她们日常的演出行程,要是遇上县里组织的表演活动,她们更是热情高涨,盼望着有自己的一席之地。如今,像李玉英这样性情开朗并爱好文艺、体育活动的积极分子在天台已然不是小数目,大家组成各种文体骨干队伍,引领、带动农村文体活动的全面开展,把乡音乡情融入自己的表演中,让广大农民群众在活动中感受到生活的快乐与幸福。

(通讯员 王敏慧)



为健康“充电”

日前,丽水市莲都区老竹文广中心站组织开展排舞培训活动,来自老竹畲族镇和丽新畲族乡各村的70多位中老年排舞爱好者参加此次培训。

通讯员 钟兰俊
文/摄

北马、上马和嘉马…… 嘉兴“老马儿”跑个不停 运动伉俪携手 征战马拉松

近日,刚刚完成北京马拉松的吴永良回到嘉兴老家,拿着完赛奖牌,异常兴奋。吴永良今年65岁,爱人成志明今年63岁,他们可能是嘉兴年龄最大的跑马夫妻档。吴永良在嘉兴跑圈里还获得了“跑爷”的雅号。

“路过天安门时,就想到前不久的国庆大阅兵,心里那个感觉啊,真的很兴奋!”回到嘉兴的吴永良似乎依然沉浸在马拉松的气氛中,笑着说,自己获得这块北马完赛奖牌后,甚至还有人出价五千想买,不过他可舍不得这份“宝贝”,压根就没理睬。

跑步对于这对老夫妻来说,已经成为人生一大乐趣。说起跑马,老两口有说不完的故事。从1995年开始,他们开始接触跑步,当初主要为了老吴的身体。跑着跑着,烟酒都戒了,身体各项指标也恢复正常。2015年,老两口决定挑战“半马”。结果老吴中签无锡“半马”,以2小时17分的成绩轻松拿下。接着,他们在嘉兴完成了夫妻档的首个“半马”。

这些年来,只要能中签,夫妻俩都结伴而行去跑马相互也有个照应。到现在为止,老吴完成了11个“全马”,10多个“半马”,而成阿姨只比老吴少了1个“全马”。他们连出国游的时候,都会在国外跑个马。

接下来,老吴夫妻俩要开始备战本月17日的上海马拉松,是“全马”。但23日的嘉兴马拉松,老吴很遗憾,他说,嘉马只能和爱人跑个半马,若一个月跑三个全马,对他们老两口还真有点吃不消。跑步还是以健康为主,盲目参赛反而有违初衷。

“其实我和老伴都是平凡的跑者,运动就是为了健康愉快地过好每一天。”吴永良乐呵呵地表示,只要身体允许,他和老伴将长长久久地跑下去。

劈叉不在话下 古稀老太好身手

“来,劈个叉。”

在网络上,劈叉是年轻人吸引目光的常用“招数”,那如果表演劈叉的是一名老人了?恐怕在羡慕的基础上,还要再加一层敬佩了。衢城西区盈川一区,70岁的王佩华便能轻松展示劈叉功夫:两只脚慢慢叉开,身体往下,稳稳地成一直线,抬头挺胸,整个过程一气呵成。

王佩华会劈叉,其实也就这两年的事情。她家原本住在市区府山公园边上,每天清晨必到公园打卡,打打太极,甩甩双手,久而久之,认识了一位同样喜欢运动的老先生。别看老先生年纪大,但身体比年轻人还柔软,劈叉、倒立不在话下。

有一天,老先生正在锻炼,突然问一旁的王佩华:“劈叉你会不会?要不要试试看?”虽然之前从来不曾尝试过,但王佩华还是起了兴致。她试了试,第一天就能下去90%,第二天已经差不多挨着地面了,等到第三天,居然一次就过关,把老先生也看得啧啧称赞。

“你别说还蛮好玩的。”王佩华

说,也是从那时候开始,她迷上了这项运动,时不时来上一次。早些时候她只能坚持一下子,但现在习惯了,大半天不起身也不觉得累。令人惊叹的是,王佩华的柔韧度和年龄不成正比,除了劈叉,她还能单脚举头顶,同样轻松不费劲。

王佩华相貌秀美,1.7米的个子,身形纤瘦,无论是精气神还是谈吐,一

点都看不出真实年龄。不过,王佩华说,自己并没有刻意保养,这可能是坚持好习惯的结果,尤其是运动方面。年轻的时候她就喜欢打乒乓球,经常和别人较量一番;人到中年后又学会了打太极,这也是在府山公园做得比较多的一项运动;现在年纪大了,更加注重运动,不让自己闲下来。

(通讯员 方俊熊 苗于慧超)

