

这项宁波“智造”的运动你体验过吗 褚氏兄弟:把冰壶搬到桌面上



近几年,桌上冰壶球作为一个新兴项目在休闲运动圈迅速崛起。桌上冰壶球是从冬季奥运项目“冰上国际象棋”——冰壶研发而来,竞赛规则与冰壶多有相似之处,不过其战术变化的复杂性超过了冰壶。值得一提的是,这项运动的器具由宁波人“智造”,作为创始人之一的褚建广笑称:“桌上冰壶球在宁波研发生产,不过墙内开花墙外香,现在成都、昆明等省外城市开展这项运动更热闹些,我们现在着手加强在家乡的推广……”



“冰壶上桌”实现平民化

褚建标和褚建广兄弟是宁海县朗朗文体用品有限公司、朗朗(宁海)冰壶球科技发展有限公司负责人,他们也是桌上冰壶球运动的创始人。褚建广说当初构思桌上冰壶球正是受冬奥会冰壶比赛的启发:“在电视里看到这个项目,意识到南方冰场稀少,冰壶设备昂贵,我们就动脑筋设计了这套适合普通人参与的桌上冰壶球装备,规则和真冰场上的冰壶比赛相似,还拿到了专利证书。”

自此冰壶被搬到了桌子上,早期的桌壶球的球台主要分为两类,一种打蜡型,另一种是铺沙型,都没有统

一的尺寸标准,滑行性能不稳定,主要以休闲娱乐为主。经过改良,桌壶球增设了滚珠驱动,桌壶球球道2152mm×370mm,中间低,两侧稍高,略微呈弧面;球体由钢球和塑料外壳组成,为圆形,顶部有一小把手,直径为37.8mm、高度为31mm,其结构更接近于冰壶,很好地弥补了早期桌壶球的缺陷。

相对于冰壶,桌壶球具有成本低、占地少、使用方便、趣味性强、不受任何条件限制等优势,还有着比冰壶更为丰富的战技术变化,成为一项易于普及、老少皆宜的新兴项目。

战术与心理并重 桌上冰壶球魅力独特

桌上冰壶球不需要剧烈运动,不需要耗费太多的体力,却需要比拼技艺与战术。“老少皆宜吧,球桌大约2.5米长、0.5米宽,放在家里或者办公室里都可以。”褚建广认为该项运动舒缓如太极,也需要专注力,团队比赛更考验智力与配合能力,“要打好球,动作必须舒缓,关键是控制好姿势和力道。所以心理素质要稳定,急躁肯定玩不好。如果是参加团体赛的话,队员之间的配合就很重要,各自为政是肯定不行的……”

另外,桌上冰壶球倡导“儒雅的君子运动”,在比赛进行时,主要依赖双方球员的诚实、信任和公平的体育精神,与冰壶比赛一样,裁判只是起到辅助作用。褚建广说,一名真正的桌壶球运动员,不会企图以干扰对方而发挥出最好水平,宁愿输掉比赛也不愿意通过不公平手段求胜。“如果意识到在无意中触犯了规则,运动员应该主动承认违规行为,并接受相应的处罚。这种精神贯穿于对整个规则的理解和应用,以及运动员在赛场内外的行为表现。”

新兴运动期待更多家乡市民来体验

桌上冰壶球的发明者是地道宁波人,主要生产基地也在宁海,不过褚建广说:“因为我平时常住四川成都,所以2014年开始在成都推广桌上冰壶球。目前这项运动开展得很好,成都有国内最早的桌上冰壶球俱乐部,成立的球队已经有六七十支。”他认为,或许这项运动与成都休闲型的城市气质比较契合,所以推进速度很快。

褚建广说,除了四川成都外,桌上冰壶球运动在云南昆明、江苏南京等城市也开展得不错。另外,桌上冰壶球项目也受到了我国冰壶世界冠军王

冰玉的关注,她也开始助力推广。“墙内开花墙外香”当然也是好事,不过褚建广希望在宁波也有更多人逐渐认识和参与进来。

“应该说我们这个项目在家乡也开始进入快速发展期,各级体育部门都给予了不少支持,江北区老体协等单位也在帮我们推广,宁波国家高新区目前已经有了桌上冰壶球俱乐部。我们也到一些学校去展示过,希望吸引青少年人群。”褚建广说,自己的目标是在家乡也建立起联赛。

(宁体)

七旬老人浮生不老初心不忘 王志远: 几十年致力传播太极文化

在宁波,有这样一位老人,数十年如一日,免费教授太极拳,无论酷暑炎夏还是数九寒天,没有给自己放一天假。根据学生的不同喜好与特点,他采用不同的方式、方法,既有理论,也有实践,谆谆善诱。他就是年过七旬的王志远。

几十年如一日免费教学 只为传承太极文化

晚上7点半,在鄞州文化艺术中心,五十多位慕名而来的太极拳爱好者已经站定,王志远开始为大家上课。老人褪去外套,专注于功夫,一招一式劲道十足,标准到位,教科书一般。

“肩膀要沉下去,手要平,不能高,这里45度,出去阴变阳……”老人每句话,每个动作,不急不缓,娓娓道来。一个半小时的指导,在一招一式的变化中流过,分针划过两圈,大家还是觉得意犹未尽。这几十年来,究竟教了多少学生,他也记不清楚。但他始终有一个信念:只要有人肯学,他就肯教。王志远从无保留,甚至鼓励学生在学成后

开辅导站,免费教学。

在宁波,从最早上世纪七十年代初的宁波体育场,到后来的鄞州公园辅导站、天宫庄园辅导站、前河公园辅导站……王志远创建的傅钟文拳学会吸引了不少附近的民众,如今傅钟文拳学会在册人员一千多人,教过的学生上万人。

作为一代宗师傅钟文的衣钵传人,王志远秉承傅钟文先生“勤、恒、礼、诚”的拳学宗旨,立志弘扬杨氏太极拳学思想,服务社会大众。令弟子石女士十分敬佩。“不单单是拳艺,师傅在为人处世上所传递给我们的,教会我们做更好的人。”

6部著作,发表文章数百篇 仍在“日逐夜追”

如何让更多人体会到学习太极的乐趣,让理论与实践结合在一起?退休后,王志远则把精力都用在太极上,每天早晚各两个小时,研习或教授。中间再花5小时,在太极教材下功夫。

王志远著书6部,刊登在武术杂志上的文章数百篇。王志远认为,练习太极有很多的好处,减压、放松心态,甚至对家庭关系也能有所改善。“学习太极,就是让心静下

来,修身养性。”他常叮嘱弟子,要牢记太极拳的基本法则:静、松、稳、匀、缓、合、连。“为人处世像太极拳这套法则一样,能做到这些,什么事就都放得下了。”

正因为此,老人还要加快写书的速度。“关于内家拳和太极枪的两部著作还没有写好,接下来写作的重点都会在这里。”打完拳,每天关自己5个小时,王志远孜孜不倦地一页又一页写下去。

鼓励国人从小学太极 期待能有10位太极传人

在王志远先生的孩童时代,打拳是一件奢侈的事情。“穷学习,富打拳。民国时期学拳很贵,500大洋一个月。”因此,老先生的心愿之一,让更多年轻人学习太极,把太极拳发扬光大,造福大众。

“如果从八九岁开始学习太极,二十多岁将达到一个非常高的水平。但大家对太极拳还是有一个误解,认为是中老年人才参与的项目。”在鄞州文化艺术中心,一个九岁的孩子正学习太极剑。他的妈妈杨竹萍是个太极拳爱好者,常年跟着王老先生打拳,孩子耳濡目染也爱上了太极。妈妈说:“打太极对孩子身体发育、专注力都有很大的提高,最重要他自己很喜欢,寒假期间,他天天都会来学。”

先生还有个心愿,就是太极拳进入奥运会,因为太极拳在世界

各地推广得越来越好。不过,眼下王志远争分夺秒要做的事情,除了写书,还想再增加5位传人。“希望有10位传人,现在还只有5位。”

(通讯员 张培坚)

