

年轻人都害怕的这项运动,69岁大爷却玩得“飞”起 温州“骆驼”不喜沙漠,独爱蓝天

“滑翔伞运动目前在温州虽有一批“忠粉”，但尚属小众运动，年龄大的玩家屈指可数。69岁的黄瑞祥，就是温州目前年纪最大的滑翔伞执证飞行员。在滑翔伞的小圈子里，大家喜欢按照学滑翔伞的时间排辈分，所以不管年纪大小都更习惯以飞行代号称呼他：骆驼。”

1951年出生的骆驼，从2006年开始玩滑翔伞，通过持续的尝试，系统的训练，当年拿到了中国航空运动协会颁发的“航空运动飞行驾驶员执照”。至今，他已经飞了十几年。

总在地上行走的人，很难想象飞行的乐趣。就像有些亲友也不理解，为什么骆驼明明已经年近古稀还有飞的执念？骆驼令人神往地描述飞行带给他感觉：人类一直有一个梦想，就是自己有一对翅膀，滑翔伞可以说是我们所“借到”的翅膀。戴上它，我们可以任意飞翔。“你可以想象自己在天上任意飞翔的感觉，而且偶尔还会有气流顶着你一下子上到上千米、两千米甚至三千米，那种刺激的程度，在地面上的人无法想象。”

让人难以置信的是，如今这个追求刺激的人，曾经是个“养生派”。1994年，中年的骆驼正处于事业忙碌期，也正是在那个时候，他的身体出了不少毛病。备受折磨的他做了一个让人不理解的决定：放弃事业，专心养身体。他在被称为养生胜地的江西庐山买了房子，每年夏天去住几个月，让身体机能慢慢恢复。

刻意放慢了生活步调后，各种慢性病果然大为改善。然而，2004年的一次身体检查使骆驼一直信奉的养生观完全颠覆。当时，他被误诊为98%的冠状动脉堵塞。因为父亲是在四十多岁心脏病去世的，这次误诊让他反思：短暂的人生，该选择怎样的活法。

这之后，骆驼的生活方式变得和传统意义上的养生有点“南辕北辙”。他曾把货车改造成房车，带着爱人自驾10万公里，走遍中国国家地理杂志选出的中国最美的地方。这几年，旅行的范围更扩展到全世界：他在巴西和阿根廷边界领略过世界上最宽的伊瓜苏大瀑布，也曾抵达过世界最南端的小镇……他还开始做更多的尝试，玩一些冷门的运动项目，比如射箭，滑翔伞。

在骆驼看来，玩滑翔伞，难度并不大。最重要的是胆量和兴趣，要敢于尝试。其次是坚持，“几分钟的飞行时间，准备工作更久点”，所以很多人都是浅尝辄止。然后还有技术和经验，包括掌握气象知识、空气动力学知识等，才能真正“御风而行”。

滑翔伞将骆驼带到人力所不可达到的极限高度，也带给他更宽广



“骆驼”喜欢乘滑翔伞翱翔天空

的视野。比如在河南林州的滑翔伞基地，他曾最高飞到3500米的高空，体验了在太行大峡谷的怀抱中恣意翱翔的畅快和洒脱，也曾因遭遇热气流而虚惊一场。在四川西岭雪山，因风力过大影响，他差点降到原始森林。“那次如果掉下去，救援人员至少要一天才能找到我。”现在想起来，骆驼既后怕又有点小兴奋。

骆驼说：人们总把美好生活比喻成天堂。在地上觉得累了，他就上天飞一飞。因为那里离天堂很近，总能让人找到快乐。

(通讯员 金慧君)



享健康

浦江老人用运动 喜迎“流浪太阳”

上周末，浙江大部分地区摆脱了“雨雨雨”的魔咒，浦江老年体协的会员们用运动这一特殊的方式，喜迎久违的晴天。

当天，在浦江县老年人活动中心门球场，一场别开生面的门球赛有序进行。来自全县4支门球队的30多名运动员尽显精湛球技，在球场上斗得热火朝天。

为了按时参加本次门球赛，远离县城30多公里的中余乡中余村门球队员们早上6点就从家里出发，乘转汽车赶来了球场。“平时在村子里就我们这些人打打球，能有这么好的机会跟别的高手切磋，肯定不能错过！”球队队员老张难掩兴奋之情，在比赛中也拼得格外认真。

虽说门球是当下老人最喜欢的运动之一，但是年过80的耄耋老人在球场上可不多见。然而，在这次比赛中，光浦阳队就有两位。张雪球、马芝玉二老都是83岁高龄，虽然已经头发花白，可腿脚依然利索，与年纪稍轻的运动员并无二样。“我打门球已经好几年了，以前感觉自己的身体有变老的趋势，可是一到球场上，我就感觉自己顿时变年轻了。”张雪球老人笑着说，因为门球他还认识了一帮老友，大家一起比赛很有意思。“希望这样的比赛可以经常举办，让我们这些喜欢门球的老年人都聚在一起，安享晚年生活。”

(通讯员 张道钢)



运动汇

谁说老来不疯狂？球场陪伴收获快乐 嘉兴这群“女神”挥汗如雨度“三八”

上周五，嘉兴市中央公园篮球馆内，嘉兴市篮协举办了庆祝“三八国际妇女节”女子篮球友谊赛，来自老、中、青3个年龄段的四五十名“女神”在赛场上切磋球技，让属于自己的节日过得别有意义。最终，老中青队凭借着扎实的基本功和更胜一筹的配合，以42分的分差拿下比赛，获得本次友谊赛的冠军。

这支老中青队的班底以“60后”为主，球场上她们是年轻参赛球员的“阿姨”甚至是“奶奶”，球场上则抛开年龄，一样认真专注，一样全速奔跑。

据了解，老中青队里的“60后”们平时以“嘉兴老年女子篮球队”的身份参加省里老年队的比赛，“一共10多个人，大家聚在一起30年了，参加比赛也30年了，一直没有散，大部分人是以前绢纺厂、毛纺厂这些嘉兴国营大厂的退休职工。”老中青队的教练俞晓燕介绍。

运动在于热爱，在于坚持。每周四晚上，嘉兴老年女子篮球队都

要在嘉兴中央公园篮球馆里训练两小时，在挥汗如雨里锻炼了身体，也增进了彼此的感情。今年58岁的队员张新明深有体会，她和队里的另一个老姐妹，从小学到初中，不仅一直是同学，而且一起在球场上度过了美好的时光，“到老了，还在一起打篮球，这是一种缘分，这样的感情也是一般人比不了的。”

运动让人快乐，让人年轻。俞晓燕和张新明都是“60后”，但看上去都显得比同龄人年轻，而且更有活力。“好多人说我不像快60岁的人，我想这就是运动带给人的魅力，在运动里找到快乐，快乐又会让人年轻。”张新明笑着说，“从小学算起来，我已经打篮球快50年了，活到老，打到老，就是因为它能让我快乐。”

俞晓燕说，篮球除了给人带来快乐，也是一种社交方式，在球场上不仅能和老朋友一起度过愉快的时光，还能结识更多的新朋友。这一点也得到了“孙子辈”的小姑娘魏媛

的认同。魏媛是秀水学院大一外贸专业的学生，也是本次比赛参赛球员之一，她说篮球改变了她的性格，“我以前很内向，不喜欢和人交流，篮球是一项集体运动，强调团队合作，因为篮球，我学会了与人交流，学会了融入集体，人开朗了许多，我很享受现在的状态。”

(通讯员 向辉/文 赵颖硕/摄)

