

滑出自信,收获冠军 这个性格内向的温州小伙因轮滑改变人生

随着轮滑入选亚运会项目,这对于速度轮滑人王文龙而言,是个振奋人心的好消息。

从最开始练习花式刹停,再到改项冲击速度轮滑,热爱轮滑的王文龙不仅自己不断参加速度轮滑的各项比赛,还在永嘉当地开展速度轮滑教学,希望有一天有弟子能代表国家队参加亚运会比赛,这也是每位基层教练员最大的愿望。



接触轮滑成为人生转机

今年25岁的王文龙接触轮滑已有十多年,但他还依然记得第一次踩着轮滑鞋飞驰在广场上的感觉。

说起接触轮滑的起因,小时候的王文龙性格内向,还有点自卑,不愿和小朋友接触,所以没有什么朋友,更没有什么兴趣爱好,不过在小学六年级的时候,姐姐的一份礼物为他打开了“新世界”,那就是一双轮滑鞋。

于是,一到周末,王文龙总是第一个赶到上塘的广场上滑轮滑,风雨无阻。轮滑虽然是单人运动,但学习技巧时可少不了高手的帮助。那时,网络还未兴起,所以越想滑得好,就必须开口向人求教,久而久之,王文龙和一帮轮滑爱好者成了无话不谈的好友。

一双轮滑鞋成了王文龙人生的转折点,让他爱上了一项运动,交到了一帮志同道合的朋友,也让他的性格变得开朗和乐观,自此他和轮滑结下了不解之缘。

为突破而苦练技巧

高强度的训练让王文龙的第一双轮滑鞋很快报废了,随后他用攒了很久的零用钱买了第二双专业训练的基础轮滑鞋。

起初,王文龙练的是花式刹停,常常为了一个动作而练上好几天,只为了能够坚持更多时间。比如一个叫“Q刹”的动作,两只脚交叉滑行,通过一

个轮子来支撑身体保持重心,另一个轮子来刹停,就这样一个看似简单的动作,但实际练下来却让他吃了不少苦头,“从起跑,再到保持滑行稳定,再到刹停,一整套动作都会在最后功亏一篑,有时候只为了维持最后的一秒种,但成功就是这么难。”

很多时候,轮滑并不是为了追求速度,而是为了最后那一刻的稳稳停住,而光靠与自己较劲有时也于事无补,所以更多的时候王文龙是在轮滑爱好者的指导和鼓励下完成一个又一个高难度动作。

获得冠军找到人生新目标

2016年,温州市轮滑协会成立,为备战浙江省第三届体育大会速度轮滑比赛,市体育局委托温州市轮滑协会组织运动员参赛,随后温州市轮滑代表队组建成立,11名队员分别来自瑞安、苍南、永嘉等地,而王文龙也成功入选。

那时,对于玩花刹的王文龙而言,速度轮滑完全是另一个领域的项目,于是,他开始苦练。

起先,协会请来国家级的速度轮滑运动员来进行指导,而除了技术层面的指导外,适应场地尤为关键,所以代表队经常赴丽水的轮滑场集训。但为了提高成绩,他常常自己一人到丽水加练。

因为上班日都有轮滑教学,他只好周六或周日赶最早一班的动车去



丽水,“因为永嘉没有动车去丽水,我只好早上五点半起床打的赶到温州南上车。”王文龙说。那段日子,他还不断加强体能和耐力训练,经常蹲在健身房“撸铁”,也正是不断努力,让王文龙的万米积分赛的最快单圈成绩足足提高了6秒多。

最终在第三届体育大会速度轮滑比赛决赛中,王文龙与专业运动员同场竞技,通过跟随战术,王文龙最后提速获得第一。而这一块金牌,是当时轮滑项目中含含金量最高的一块,也成就了王文龙黑马的角色。

如今,专攻速度轮滑的王文龙在永嘉体育馆开设了速滑课程班,对小朋友进行专业的速滑教学,王文龙希望能够有更多的学生爱上速度轮滑,站上各级领奖台。

(通讯员 徐家琪)

浙大DFM街舞社:青春绽放,永“舞”止境

旋转,跳跃……炫目精彩的舞步定格在此刻,舞者们张开双臂呈“V”,向舞台左侧投去坚定自信的目光——这是浙大DFM街舞社近日在“超能力”专场上的照片。他们打造了青春气息绽放、光芒四射的街舞专场。

心有多大,舞台就有多广

浙江大学DFM街舞社包括了五个舞队和五个部门。舞队每周有2-3次例训和1次内训,另外开设提高班帮助提升舞蹈技能。

副社长黄念梅说:“为了这次专场活动,我们基本上从寒假就开始准备了。”长达两三个月的紧张筹备,一次又一次的摸索与改动,一支

对街舞,从一而终的热爱

因为热爱,所以永“舞”止境。成员黄念梅坦言自己从高一开始跳街舞,如今已经快进入第七年,街舞已经“成为了我这个人不可或缺的一部分,要是放弃的话真的很舍不得,也从来没想过要离开它”。

一路相伴,成为更好的自己

他们用舞蹈给青春画上七彩颜色,内心所爱就这样以无言的形式从台上传至台下,一路走来,时至今日。一群人为着一个目标

支震撼人心的舞蹈就这样诞生。”尤其专场前的一两个星期,社团内大部分人一下课就会去小剧场练舞,甚至在那里耗一整个周末。”

街舞社有很多表演的机会,比如学院晚会、新年狂欢夜、商演、快闪等等,让社员在这里展现风采,秀出自己。

黄念梅和街舞社其他社员一样,一直把街舞当作一个放松、娱乐的事情,“有事没事都会过来练练舞”。而且因为知道自己在跳舞上花费了很多时间,所以其他时间就会提高效率,更加尽力地

不断前进,这是一个组织发展壮大的根基。DFM街舞社的成员们,正因对街舞共同的热爱和向往而结缘。



好好利用。

当被问到印象深刻的一件事,黄念梅提到了上学期校外的一个街舞比赛,她亲自编排舞蹈,和许多社员们顶着学业生活的各种高压辛苦排练,自己甚至到了心力交

瘁的地步,但在大家的坚持下,最后还是顺利完成了比赛,虽然没有得奖,但台上舞动着大家和台下加油打气的许多社员,紧紧凝聚着,俨然成为了一个充满斗志又无比团结的整体。

社长徐雨菡告诉笔者,大多数成员,初入街舞社,是兴趣所致。在排练的过程中,队长们总是会耐心地指导。这让每个成员对这

个舞社产生了归属感,队员们纷纷表示要永远地跳下去,成为更好的自己。

(通讯员 陈蕾伊)