

400余名“50后”羽球达人桐庐展英姿 这场邂逅暖了流年,李玲蔚赛场偶遇小学同桌



活动室

日前,“波力杯”2020年第五届国际50后羽球达人邀请赛在桐庐隆重开幕,当天,“羽坛皇后”李玲蔚来到现场为参赛的400余名选手们加油助力,点燃起了大家的激情,更为本次的赛事增光添彩。

比赛当天,几百名羽毛球老将们虽然都已年过五旬,甚至步入古稀,但两鬓微霜的他们各个宝刀未老,在场地上起跳、扣杀,灵活自如,身轻如燕,竭尽全力争取最后的胜利,尽情享受竞技

羽毛球所带来的欢畅,雄姿英风依然不减当年。

也正是这样的“银发族”羽毛球赛,给李玲蔚和自己的老同学重逢创造了机会。

与李玲蔚重逢的老同学张雪琴也是羽毛球达人,作为本次50后羽毛球达人邀请赛的参赛选手,她和李玲蔚是小学六年的同学,曾经还是同桌。张雪琴回忆说,最近一次见面还是当年李玲蔚拿到世界冠军回到丽水,一转眼已经过去40年了。“没想到在这次比赛见到了她,40年了。”张雪琴感叹说。

“真的没有可比性,不要说省队了,现在有些业余俱乐部的训练条件,比我们当年国家队的训练条件还好。”李玲蔚在现场发出了这样的感叹。她说,虽然自己是第一次到桐庐,但是之前桐庐县举办的这个“50后”羽球达人赛早有耳闻。“赛事规定只有到了50岁以后才有资格参加比赛,某种意义上来说是美好人生的开始。通过羽毛球这样一个平台,既锻炼了身体,又交到了朋友,还欣赏到了桐庐这样美丽的地方,是一举多得的美事。”

(通讯员 陈铭铭)

元老足球队显身手 迟尚斌助阵萧山中老年足球联赛

本报讯 11月8日,以“逐梦钱江·亚运启航”为主题的“元梦杯”2020年萧山区首届中老年足球联赛在萧山宁围初级中学运动场开幕。来自萧山区的8支元老足球队共将进行7轮、28场球赛的角逐,外加一场公益赛,总历时1个多月。

开幕式后,现场安排了一场“小打大”公益赛。对阵双方是“元梦杯”8支参赛球队各挑选出一位代表组成的混编队和萧山绿魂青年队。绿茵场上,少年们迎风轻盈奔跑,元老们则用更为强壮的身体卡位抢断。最终,元老队以2:1取胜。

在赛场上,原中国男子足球队主教练、原中国男足队长、中国足坛名宿迟尚斌来到现场。“非常高兴来到萧山,杭州我来过,萧山倒是第一次。”已经71岁的迟尚斌精神非常好,“上午走了好多学校,足球运动在杭州开展不错。中国足球还得从娃娃抓起,家长喜欢足球,对孩子也会有潜移默化的影响。”公益赛中场时,迟尚斌还为民工子弟学校——萧山区阳光学校的孩子们赠送了签名足球和足球装备。

(通讯员 吴若茜)



11月6日,建德市在新安江广场举行纪念建德市老年体协成立三十周年大型文体展演活动,17个分会,17项展演,展现了建德老年体育的百花齐放,大型展演隆重而热烈,观看的群众赞美不绝。

通讯员 陈启浩

王杏娟:台球场上的常胜“老”将

本报记者 余敏刚

谁说台球是年轻人的专利?杭州68岁的奶奶王杏娟60岁时开始学习打台球,现在已是我省中老年台球选手中的“常胜将军”,她还免费教身边的老人孩子学打台球,调教出不少民间高手。

花甲之年学台球 成“常胜将军”

初识王杏娟,是在第四届浙江省斯诺克锦标赛上,只见她戴着墨镜,打扮时髦。在比赛现场,静静地看着决赛。

记者了解到,王杏娟之前在省广电系统工作,平时除了本职工作外,一直热爱体育运动,真正开始学台球是在退休后。那时,她和爱人喜欢看台球比赛,一次偶然机会在省老年活动中心看到有台球室,突然有了试一下的冲

动,从此开启了另一番天地。

“就在那儿看,看人家怎么打。看着看着,好像挺简单,我也应该能打。”于是王杏娟就试着拿起了球杆,“拿起球杆,一开始还真没明白。但是别人能干的事,我就能干,我有这个要强心。”王杏娟说,接下来,她开始了自学之路,看别人怎么打,自己就怎么打,然后又买书、买资料学习。

“真正学会台球,应该是参加了杭州台球裁判员培训班之后。”王杏娟回忆道,培训期间她遇到了司马军这样的省内台球好手,只要有时间,就会向他们讨教几招,时间久了,她的水平有了明显提高。

短短7-8年过去,王杏娟学有所成,在省斯诺克锦标赛中也打出过16强的好成绩。现在,她成了老年团体中的“常胜将军”,也是省市多支老年台球队中的明星。此外,王杏娟还会免费教身边的老年人打台球,“不

仅免费,还搭钱呢,给大家免费发资料。”

打球要有“仪式感” 要用运动充实老年生活

“学习台球其实并不简单,得天天练,用心学,具体是什么时候打得有点模样,我也记不住了。”王杏娟说,自从迷上了台球,就天天想着它。电视上只要有台球的比赛转播,她就一边看一边比划。

多年来,无论春夏秋冬,王杏娟的作息時間都是早上6点多准时起床,喝上一大杯白开水;简单吃点早饭,料理家务;7点左右出发,徒步半小时到公车站点,然后坐半个小时的汽车去打球。“远是远点,习惯了,有一些志同道合的老朋友,只要有时间就去。”活动室8点半开门,王杏娟常常提前到达,大家都说,这老太太怎么来这么早呢?

每次开始打球前,王杏娟都坚持先去换衣服:“台球是高雅的运动,必须得正式,要有模有

样。别看我快70了,可是我真不感觉自己老,还年轻着呢!”王杏娟说,打球不仅让身体好,而且结交到许多朋友,身体健康,心态豁达,人就不会老。在采访中,王杏娟几次说起,自己的人生是丰富多彩的,台球只是一部分。即便是退休后,她也一直没闲着,上老年大学,学了五花八门各种课程。

交谈中,王杏娟不时谈起台球运动的好处,她认为台球运动静中有动,动中有静,带来的不仅仅是身体局部的锻炼,也考验人的全身的协调能力,而且该运动还需要一定的几何学物理学知识,很能锻炼人的大脑思维,对身心健康有良好的作用。同时,她还希望更多的老年人走出来锻炼,总是把自己憋在家中没意思,不能让自己闲着。“你看我,自从玩台球,不仅身体更健康了,还结识了很多朋友,日子过得越来越充实,以后我还要一直打下去!”王杏娟笑着说。