



以武会友 亮剑龙泉

长三角“龙泉论剑”武术大赛选手亮绝活



从纵横疆场到驰骋武林,从侠义精神到亮剑精神,剑在中国历史上,被赋予了太多深厚的精神情怀。为发扬剑道精神,一展剑魂文化,2020长三角龙泉论剑武术大赛于11月6日在龙泉举行,为期三天的武林盛会将汇聚各路豪杰,共同争霸武林。

“武术+宝剑”
特色文化引爆赛事

武术和宝剑,有着天然相契合的气质,前者内外兼修、刚柔并济,后者千锤百炼、不断磨砺。当武术遇上宝剑,会碰撞出怎样的火花?

作为“中国宝剑之邦”,龙泉这次发出的“论剑”邀请,为广大武术爱好者提供了一个以武会友的平台。从儿童、青少年再到中年、老年,参赛选手最大年龄差达77岁。其中,年龄最小的来自安吉博武武道馆,仅4岁;年龄最大的来自云和县老年武术健身协

会,今年已经81岁高龄。

据了解,本届大赛不仅规模大、参赛人数多,且拳种设项广,包含武术套路各拳种、各流派的拳术、器械(刀、剑类)的单练集体项目,武术功法类,对抗搏击、技法对拆项目展示类和团体综艺项目等。为了更好地展现中华武术魅力,赛事组委会精心准备了《醒狮》《龙渊剑风》等精彩节目作为开幕式展演,更有曾获2014-2017年全国性赛事武术南拳类项目冠军的90后“中国南拳王”王地带来精彩表演。

为了更好地融合龙泉当地特色的剑瓷文化,本届大赛延续了去年的十大“刀、剑”名师评选,十五位名师带来了青龙偃月刀、南刀、蝶恋花剑、武当龙门太极剑、大连环剑等表演。大赛还增加了菇民防身术、遂昌茶园武术、温州五祖拳、八卦刀、达摩剑、武松脱铐等一系列精彩的非物质文化遗产项目展演。

“组委会还专门在沈广隆剑铺定制了10把特色宝剑,作为本届十大‘刀、剑’名师的奖品。”大赛组委会负责人戴崇高介绍说,为了更好地展现龙泉剑瓷文化魅力、促进武术文化与剑瓷文化的创新融合,大赛的总团体全能、十大“刀、剑”名师两项奖杯均由龙泉青瓷制成,釉色纯正,极具纪念和收藏价值。

打造“龙泉论剑”赛事品牌
助推文旅体融合发展

为了讲好龙泉“宝剑故事”,

组委会创新“玩”了一波新闻云发布,通过《人生六把剑》等微信推文为大赛预热,同时拍摄了宝剑主题的宣传片《寻侠问剑龙泉行》,并在浙江电视台教育科技频道中播出。

“我们从策划‘龙泉论剑’武术比赛之初就树立了一个宗旨,就是要跳出赛事做赛事,通过赛事传播县域品牌、推动赛事经济、促进文旅体融合。”浙江省武术协会副主席赖惠能表示,在去年办赛的基础上,今年的武术大赛还增加了“龙泉论剑——聚焦新时代产业融合发展”专题研讨会,邀请了文化、体育、旅游等领域的十多位专家大咖,为龙泉产业发展建言献策,极具针对性和指导性。

据悉,龙泉市近年来一手弘扬剑瓷文化,一手培育剑瓷产业,坚持走文化与产业、文化与旅游融合发展之路,大力弘扬精益求精的工匠精神、勇于变革的创新精神、厚重开放的开放精神,举办了一系列与剑瓷文化紧密相关的活动与赛事。

“作为历史文化名城,龙泉不仅有着享誉国际的剑瓷文化,也有着崇武尚德的侠义之气。本次赛事不仅呈现一场武术盛宴,更是一次文化交流的盛会。本届武术大赛的举办,旨在将文化与体育有机结合,将中华武术的自强不息与剑瓷文化的开放创新有机结合,是新时代独具匠心的剑瓷文化的生动体现,是助力‘龙泉复兴’创新之举,也是建设‘重要窗口’文化板块的龙泉实践。”龙泉副市长黄国勇说。

(通讯员 周宇 董科娜 周传人)

致力打造“全球最难”
这场天空越野赛
以难取胜

近日,2020江南之巅·天空越野赛在龙泉市兰巨乡大赛村完美落幕,本次赛事共有来自全国各地的近700名超跑爱好者报名参赛,是参赛选手最多的一届江南之巅。

据了解,新调整的天空越野赛百公里终极组103公里,累计爬升1.2万米,山地系数12级,ITRA积分6分,是中国唯一一场ITRA积分6分的百公里越野赛,也是全球爬升最大、国内积分最高的百公里赛事。赛事一经发布,就迅速吸引了越野爱好者的目光,报名人数一度突破千人大关,较上一届参赛人数增幅达54.8%。

据悉,下一步,龙泉要持续策划举办江南之巅·天空越野赛,并且要以赛事为依托,加快屏南越野小镇等体育产业平台建设;通过策划举办越野文化节、越野摄影展等文体活动,延伸体育消费产业链,培育打造越野自驾游等体育旅游产品和以户外运动为核心的“研学游”基地,努力将龙泉发展成为长三角和海西区重要的极限越野运动旅游目的地。

(通讯员 肖冬丽)

莲都100越野赛
满分归来

本报讯 11月14日-15日,2020莲都100越野赛将正式打响。本次比赛进行了全新升级,增设100公里组别,玩赛畅享美景。从赛道到会场,都有美食助力,充沛你的能量,满足你的味蕾,提升你的体验。激情澎湃的畲族舞蹈,充满浓浓民俗风情的篝火晚会,带你走进如梦如幻的瓯江山水诗路之旅。

2018年,莲都100赛道最长60公里,穿越莲都最高峰水牛相筑,作为一场超级越野赛,刚刚及格。2019年,莲都100赛道最长80公里,深入大山,直达有“莲都布达拉宫”之称的赛坑村,离满分还差20公里。2020年,在地方政府、林业部门、组委会三方努力下,更多隐匿已久的古道被发掘修整,重见天日。经过不断计算调整,莲都100越野赛成功晋升一场标准百公里级赛事。

本次比赛,您可以体验百公里累计爬升5500米、超低技术难度的高速赛道。在林中野径、弹石小道、乡间公路多类型赛道搭配组合,“虐身不虐心”,欣赏更多美景。全新参赛福利,全新补给系统,全新奖励机制,更多配套服务升级,让精彩不止于赛道。

(通讯员 丹婷)

练习一个月视力好转率达到了62%
遂昌一所初中流行健身气功

本报记者 易龙吟

校园里最流行的体育活动是什么?很多人可能会说,无非就是足球、篮球、跑步等比较常见的运动,但是你见过有初中生练习健身气功吗?

日前,2020年全国百城千村健身气功交流展示活动(丽水站)暨遂昌县健身气功·明目功进校园推广活动在遂昌县育才中学举行,活动现场,育才中学的学生们集体展示了健身气功·明目功的功法。

中老年喜爱的健身气功为何能在一所初中校园流行开来?遂昌育才中学校长毛卫华说:“看到我们学校几乎90%的孩子都是近视眼,远高于平均水平,因此非常着急。”学校体育老师林永忠早就有改进眼保健操的想法了。了解到健身气功·明目功后,便在网

上进一步了解学习了明目功,同时购买了人民体育出版社出版的由国家体育总局健身气功管理中心编的健身气功明目功(青少年版)教材进行自学,同时还致电咨询国家健身气功指导员徐美玲老师、丽水学院晁胜杰博士相关练习功法原理及注意事项。因此,一拍即合。

去年开始,育才中学选取了两个班级作为试点。仅仅练习一个月之后,学生的视力就好产生的令人欣喜的变化。林永忠选取了两个班级以及一个对照组进行了实验,结果证实每天认真练习两次“明目功”,能有效减缓中学生视力下降甚至能转好;只一个月习练时间,转好率就达62%,下降率对比对照组要低15%。这也坚定了他推广明目功的信心。

有了数据的支持,毛卫华同样信心十足,开始在全校范围内推广健身气功明目功,他希望,能够让更多孩子摘掉眼镜。

>>>延伸阅读

健身气功·明目功源于“养气健目功”,是马棚周老师依据其父亲的“马礼堂养气功”原理创编而成的。以我国传统医学之“藏象学说、经络学说、五轮学说、气化论”为理论基础,按人眼的生理和病理特点,创编的一套针对青少年近视眼的自我保健、自我调理的功法,也是国家体育总局健身气功管理中心组织专家编写的功法之一,它既秉承传统,又融入时代,经过实践检验,对青少年儿童及成人的近视、弱视等眼疾都有很好的疗效。