从青年打到老年 唯热爱不变

嘉兴银发“灌篮高手”球场显身手

活动室

这些年，“硬核”的叔叔阿姨越来越多了，在嘉兴，有那么一群挚爱篮球的中老年人，他们年轻时就很喜欢打篮球，退休后还隔三差五聚在一起打球。这支嘉兴市中老年篮球这支年龄60多岁，有的是商人、退休公务员、企业员工，一旦到了球场上，都只有一个身份——球员。

老当益壮叱咤球场

虽然他们不再年轻、体型有些发福、弹跳也不如当年，但是他们对篮球运动的激情从未泯灭。

胯下运球、转身过人、背身单打、三步上篮……他们的每一个篮球进攻招式依旧能引起场外观众的喝彩声。“来！来！防守……防住这次进攻。”球场上，68岁的队长黄绍林一边招呼队友防守，一边给队员加油。突破、上篮、勾手……虽然速度不快，但准心依旧在。

“这些人从小就爱打篮球，也是球友。年轻的时候都是代表自己单位参加市里比赛的主力队员。那个时候打起球来，个个都比较凶猛。”今年77岁的教练员徐宝奎说。

时光飞逝，昔日的篮球伙伴都已步入中老年，这些“老男孩”却依旧在球场“聊发少年狂”。如今，他们在一起打球更多是追求娱乐、开心、交友。为了找回这种年轻时的感觉，嘉兴市中老年篮球队在1994年应运而生，现在基本保持每周训练一次。

“银尚一族”的兄弟篮球

胡佩荣在篮球场上的外号叫“小塘汇”，这一叫就是40多年。“我小时就喜欢打篮球，那个年代没什么其他业余文体活动，打篮球就是最开心的事了，至于这个外号，因为是塘汇人，而且刚打球那会年纪又小。”在胡佩荣的心中，原先落座在嘉兴市区中山路上的市总工会工人文化宫里的那片水泥球场，就如同北京“鸟巢”一般的存在。

胡佩荣回忆起上世纪七八十年代嘉兴热闹的篮球氛围，不禁心潮澎湃，“我们打一场比赛，最多一次有三四千人来观看。那种感觉真的让人兴奋，仿佛自己就是球星。”1992年，第一届嘉兴市篮球协会成立，办公地点就在工人文化宫，胡佩荣担任常务理事长，除了继续打篮球之外，他也开始致力于推动嘉兴篮球的发展。令胡佩荣欣慰的是，他的儿子子承父业，现在已是篮球国际级裁判，“我从小就带他在球场上摸爬滚打，我们父子俩都是爱球如命的人。”

胡佩荣在与篮球结缘的这些年中，也结交了许多好友。“好几个都是当年在球场上的死对头，每个人的好胜心都很强。现在就不一样了，大家一起快乐打篮球，还在生活中互相帮助、互相支持。”胡佩荣说，大伙没事就聚一起喝喝茶、聊聊天，这些球场上的兄弟，也成了生活中的家人。

嘉兴的“女篮五号”传奇

在嘉兴，流传着一个本土“女篮五号”传奇，她名叫卜一民。如今，作为嘉兴中老年篮球队女队的教练员，81岁的卜一民会在场边中气十足地在指导队员进行训练或比赛，大家对这位有威望的严师极为尊重。“她进过浙江省省队，也带出过国家女篮的队员，是一位有德高望重的老师。”嘉兴市篮球协会秘书长查跃东说。

1962年，卜一民从省队回到地方，站到了教育和培养女篮人才的一线，而她自己也坚持打球，是当时的嘉兴地区女篮队的绝对主力，是队里的一号得分手，以投篮命中率高为特点。“我在球场上厮杀，其他队员帮我看着襁褓中的女儿。”云淡风轻地讲述着往事，老人重温了那段为篮球痴狂的岁月。1987年，卜一民加入嘉兴市中老年篮球队，继续着与篮球的不解之缘。

赢球狂喜过，输球痛哭过，与篮球相伴的岁月，成了老人如今晚年生活中最值得回味的部分。在嘉兴，像这样喜爱运动，坚持爱好的老人还有很多，他们的晚年生活同样充满着朝气。

（通讯员 韩瑜超）

运动扮靓夕阳生活

绍兴越城有群“乐美老人”

一段太极扇，打出精气神；一曲广场舞，舞出夕阳红。近日，由绍兴市越城区人力资源和社会保障局主办的“悦运动·越精彩”越城区首届退休职工“乐美老人”评选活动。

本次活动在各个镇街开展初赛，每个镇街推荐前15名入围决赛，旨在寻找一批热衷于品味美食、制作美食的老年朋友。

家住灵芝街道73岁的杨锦奎，是一名退休老师，同时也一名“驴友”。从65岁退休之后，杨锦奎就一直在旅途中，8年来几乎走遍了国内所有的省份，以及20多个国家。作为一名资深的摄影爱好者，他每一次出行都带着心爱的相机。这些年来，他在旅行中拍下了10多万张照片。杨锦奎说，虽然年龄渐长，但在走得动的时候还是要多走走，做一名名副其实的旅游达人。

家住塔山街道的陈得美，退休8年，是一名喜欢运动、停不下来的退休老人。她这次参加的是“才艺达人”的评选。酷爱舞台的她带着7个老姐妹，排练了一场特别的时装秀，秀出60岁的美丽和光华。儿子在上海工作，退休后的陈得美每天都很忙，去香炉峰做公益，在红十字会做义工，和小姐妹跳舞、走秀、旅行……她把退休生活经营得活色生香。

活动得到了全区广大退休职工的积极响应，经初赛评选后入围决赛的有“才艺达人”133名、“运动达人”38名、“旅游达人”19名、“美食达人”34名，决赛将以专业评审小组评定和网络支持率相结合的方式，决出四类“达人”各10位，共计40位。

（通讯员 李 丽）

闻鸡起舞

连日来，建德市新安江街道明珠社区孙式太极拳辅导站的十多名老年队员都会在老师的指导下，正在练习太极华式扇，活络筋骨，增强体质，减少冬季疾病对身体的袭扰。

通讯员 宁文武

短消息

@建德

本报讯 日前，2020浙西送温暖尊老爱幼“路安杯”围棋联谊赛在建德市府东社区开赛。比赛中，老棋手们全神贯注、排兵布阵，展开了两天精彩的对奕。

（通讯员 徐旭人）

@嵊州

本报讯 日前，嵊州市黄泽镇广场舞大赛举行，吸引来自全镇各村（社区）15支中老年参赛团队，为广大村民献上了一场广场舞文化盛宴。

（通讯员 袁占正）