

居家给外孙女贴心陪练 外出公益教学倾囊相授 绍兴这户家庭“乒”出运动幸福感

本报记者 洪璇



前些日子,由于疫情影响,长时间在家待着对不少运动达人来说是一件难熬的事,曾被绍兴市乒乓球协会评为“热爱乒乓球家庭”的徐超一家却没有这种困扰。居家的日子里,徐超和爱人带着3岁的外孙女,组织起温馨家庭运动会。

在家自娱自乐 照样玩出花样

“受疫情影响,原计划培训的课程全部推迟。”徐超说,自己原本早已把假期安排地满满当当,没想到全都落了空。

不能出门打球,徐超决定组织一场家庭运动会。“没有条件就创造条件,家里的常用物品也被整理出来当道具。”徐超和爱人将客厅腾空,每天在餐桌上对打一小时。球桌中间的拦网有时是几本书,有时则是几卷卫生纸。他还把乒乓球玩出各种“花样”,拍面颠、拍边颠,越是高难度越是起劲。

除了两夫妻外,年仅3岁的小外孙女也是“重点运动员”,在外婆的帮助下,和外公进行趣味接球比赛。“若外孙女赢了,我就给她讲三个故事;若我输了,她就跳支舞。”徐超说,这“彩头”定好,谁也不能耍赖。

为健康选择打乒乓球 一不小心打出名堂

“乒乓球已是我生活不可或缺的一部分。”徐超介绍,自己还兼职当乒乓球教练。

徐超结缘乒乓球,还要从十多年前说起。当时不惑之年的他因工作长期奔波在外,时间一久,身体的许多指标都亮了“红灯”。他意识到,必须通过锻炼改善身体状况。一次偶然的机会,徐超遇见了“绍兴乒乓球痴”蒋兆兆,已年过六旬的蒋兆兆身体十分健康,特别是在乒乓球场上的精神状态并不亚于年轻人,这让徐超很受触动。于是,他决定学习乒乓球锻炼身体,随即开始四处“拜师学艺”。

“当时,一有空我就去文化宫找乒乓好手学习,就连出差包里都会带着乒乓球拍。”起初,徐超和乒乓高手切磋,一局只能赢三四个,这样打了大半年,球技略有好转。后来,经过多年苦练基本功和参加各类比赛,

2006年、2008年,他连续蝉联两届绍兴市总工会乒乓球比赛的冠军。

从台前转战“幕后” 开启公益教学之路

随着名气越来越大,徐超开始转战“幕后”,他笑着说:“周围的朋友看到我小有成绩,纷纷要我做陪练,我索性在绍兴火车站旁的健身房里开了一个乒乓培训班进行公益指导。”如今徐超的日常教学点有五六个,若学员住得太远,他还上门教。

做了十多年的教练,爱人在徐超的带动下也成了球迷,并发展为业余爱好者。夫妻俩常常四处参赛,还曾被评为“热爱乒乓球家庭”。“女儿小时候也常常跟着我们打,现在孩子大了工作比较忙,我们就把培养的中心移到外孙女身上,在她6个多月时候就开始让乒乓球成为她的玩具。”徐超乐呵呵地表示,未来把小外孙女也培养上山便是他的目标之一。

平湖企业开启 “线上运动会”

“201对战406,结果41:42。”这几天,每到上午10时,位于平湖市林埭镇的浙江国利环保科技有限公司里,一个名叫“春训队”的微信群已经热闹起来,一场别开生面的特殊线上运动会正在进行。

原来,随着企业逐步复工,外地返平的人员陆续增加。为了让刚回平湖暂时处于隔离期的员工解闷又得到锻炼,公司开启了“线上视频运动会”。

据公司负责人介绍,“线上视频运动会”主要借助微信群,每天以宿舍为单位,按照赛程定时开启视频群聊,所有运动员在各自宿舍参与比赛项目。

“运动会”开在宿舍,这可不是闹着玩的。据了解,浙江国利环保科技有限公司自批复开工以来,不少外地员工陆续回到平湖,其中包括24名外地员工。一周以来,线上运动会每天有序进行,并有越来越多的员工加入进来。

场地虽小,比得却热闹。据了解,“线上视频运动会”比赛项目包括仰卧起坐、俯卧撑、下蹲等。比赛将根据项目、难度、数量、创意等进行评比,做到全覆盖。

(通讯员 肖未 纪亚千)



“瑜”悦花田

随着生产生活秩序恢复,人们纷纷趁着大好春光踏青春游。日前,衢州市区的一群瑜伽爱好者,将瑜伽课堂搬到了柯城区万田乡的一处油菜花田旁,在大自然的美景中练起了瑜伽。

通讯员 胡江丰 文/摄

战略合作伙伴

合作伙伴



黄龙体育中心



浙江省体育彩票管理中心



浙江体育职业技术学院



浙江省体育竞赛中心



温州市
体育彩票管理中心



绍兴市体育中心
电话: 0575-8861265



大丰体育



杭州凯普体育器材有限公司

浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85178608
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223