



# 胡晓蕾： 悦动体育舞蹈，分享生活美好

本报记者 洪漩

## 人物介绍

胡晓蕾，1983年生，现任平湖市文化和广电旅游体育局副局长。热爱体育舞蹈，擅长爵士舞。



“

胡晓蕾从小喜欢运动，尤其热爱爵士舞，她不仅自己喜欢，还影响了不少身边人。在疫情期间，她还专门和文旅体系统内的同事一起录制了健身操MV，用“云端带你跳”的方式传播正能量，鼓舞人民群众战胜疫情的信心。

”



胡晓蕾(左二)和文旅体系统内的同事一起排练录制健身操，倡议市民参与居家锻炼。

## 壹 爱生活，“爵”对有料

“小时候，我就挺喜欢体育运动。中学时，运动会上会参加短跑比赛，念大学时体育修学分考游泳，成绩还在班里名列前茅。”胡晓蕾笑着表示，自己有些运动天分，自幼协调性好、节奏感强。

除了体育项目，舞蹈上她同样有所涉猎。高中时代在校园之春的文艺表演上，胡晓蕾就和同学们以精彩的街舞演出张扬自我个性，展示青春的活力和激情，博得了满堂彩。“那时并没有专业训练，但上起

手来却还挺快。”

参加工作后，胡晓蕾利用业余时间，在健身房报了班，器械、瑜伽、操课……她都信手拈来。不过，在健身房里她最为中意和期待的课程是爵士舞。讲究控制力和爆发力的爵士舞风格变幻多姿，动作帅气且富有活力，舞者们常常展现出一种强劲而霸道的气质，着实令人着迷。“爵士舞非常消耗力量，一开始我只是想着要出汗，锻炼身体。后来，慢慢被这项舞种的魅力所折

服，越来越喜欢。”

随着舞蹈工作室日渐兴起，胡晓蕾索性从健身房转战阵地，更为专注地学起了爵士舞。虽然日常工作比较忙，但她总会抽出时间去上课，尽量保障一周两节舞蹈课的频率。每次学会一支新舞蹈，在锻炼了身体的同时，胡晓蕾更觉得成就感油然而生。

“喜欢一件事，不用刻意努力坚持。”胡晓蕾笑着说，于她而言，跳舞就是那件自己所热爱的小生活事。



身体力行，做健康生活的倡导者。

## 贰 爱分享，运动成快乐载体

独乐乐不如众乐乐。胡晓蕾还将自己的兴趣爱好运用在了工作中。之前曾分管过单位党建工作的她为了提升员工队伍凝聚力、影响力，专门组织大家工作之余一起跳操练舞。



把握当下，享受生活。

还连续几年在系统内部的文娱活动上担任开场舞展示的热场任务。

胡晓蕾笑着和记者分享道，此前曾前往张江长三角科技城平湖园挂职一年，不仅业务能力出色，更是再度发挥特长，极大地丰富了大家的文体生活。尤其是在当年的年会上，由她组织并且带队的舞蹈串烧表演一下子将舞台氛围给点燃了。“欢快的舞蹈让人眼前一亮，最终，经过几百人的网络投票，我有幸被评选为当晚‘最佳女主角’，可谓C位出道。”

就在前不久疫情期间，胡晓蕾还和文化馆的几位女同志一起，专门设计排练了一支健身操，在“金平湖文旅”的公众号上进行推送，受到一致好评。

“时间紧迫，我们匆匆排练了一上午，便赶鸭子上架了。”胡晓蕾感

慨，还好大家都有一定的舞蹈功底，配合起来还算是默契。请了摄影团队录制。“视频简单易学，哪怕是没有什么舞蹈基础的普通市民，也很容易上手。就连我的朋友都跑来和我说，对照视频，她和我小朋友在家就能练。”

胡晓蕾感遗憾表示，受疫情影响，自己近期不能再去舞蹈房和姐妹们一起练舞，感觉生活总是少了点什么。不过，在家的日子她也没闲着，时不时在客厅辟出一隅，跟着抖音的舞蹈直播课练习，照样不耽误锻炼。

“跳舞令我变得神采飞扬、精神奕奕。我并未想在这上面取得什么样的突出成绩，只是想用自己的实际行动倡导崇尚健康、参与健身、积极向上的生活方式。”胡晓蕾觉得，健康的生活方式，才是真正的“潮”。

划着小船  
寻一幕小桥流水江南景

<<< B3

一段回忆 来日可期

<<< B4

导读