

因武术散打改变人生 张帅可:让更多人爱上武术散打

本报记者 余敏刚

人物名片



张帅可,1983年生,河北邯郸人。北京奥运会散打56公斤冠军,曾荣获全国锦标赛、亚洲锦标赛、世锦赛、世界杯金牌等国内外大型武术散打比赛冠军。广州大学民族传统体育专业2005级本科生、2009级研究生。2018年,他作为宁波市“领军人才”被引进到宁波,如今他是宁波逸众发展有限公司总教练。

张帅可

30年武术散打生涯,如今成为了张帅可的事业,是什么让他在武术散打道路上如此坚守?张帅可说,自己热爱武术散打,过去30年,武术散打给他带来了太多;如今,希望能将这项运动能够更好地传承给下一代人,让更多人参与武术散打,爱上武术散打。

出生于1983年的张帅可集各类武术散打冠军于一身,无疑是同龄人中的成功者。他表示自己并不是个天赋型选手,“努力”和“学习”是他给每一位武术散打爱好者上的第一节课程。

“只有不断地刻苦学习,才能有所收获,学习武术来不得半点马虎。”

B 艰苦训练赢来武术散打顶峰

1998年12月,成绩优异的张帅可被当时河南队的教练肖志民选中。凭借着在武校的扎实功底。1999年,第一次参加全国比赛的张帅可便获得第四名。2005年,张帅可进入广州大学民族传统体育专业进修,可以说是他人生中的一份宝贵阅历,说道这段经历张帅可甚是怀念。

张帅可知道自己运动条件不好,起点比别人低,所以练任何东西都是尽百分百的努力,从不偷懒。有一次训练,小伙伴们都累得够呛,想休息下,但张帅可还在那里一个人不停地练,丝毫不为所动,要不是身上淌着汗,都要以为他是个不知道累的机器人了。几个人轮番上阵,张帅可还是没有要停的意思,最后他们实在是受不了了,一个小伙伴脱口而出:“老大,我服了你了,你真是个牛人!”

降体重是张帅可每次比赛前面临的大考,张帅可坦言,每天在突破自己身体极限的同时,还不能吃过量食物,这是最煎熬的

过程。特别是比赛前的那段时间,身边的领队和教练在心理上给予自己了很大帮助,让他至今仍十分感激。

就是这样的不断刻苦努力,在不到十年的时间中,张帅可将全国锦标赛、亚洲锦标赛、世锦赛、世界杯金牌纳入囊中。更是在2007年全年的积分赛中,7站国内赛事和1场国际比赛,张帅可无一落败,取得8场比赛的冠军,被人选入了参加奥运会的选手名单。

2008年8月24日那一晚的精彩对决,成为张帅可人生的高光时刻。在北京奥运会武术散打决赛中,他以两局均取胜的绝对优势击败俄罗斯选手尚杜拉耶夫,夺得一枚特设项目的金牌。

很多人还记得在比赛还剩下23秒的时候,尚杜拉耶夫一个抱摔将张帅可摔倒在地,一度引起人们的担心。“有惊无险,我还好挺住了。”张帅可说,“当五星红旗升起时,我戴着‘金镶玉’,那种自豪感和幸福感难以言表。”

C 让更多人的爱上武术散打

“冠军只是一个阶段的句号。人是要看一辈子的,你现在拿冠军,不代表你未来一定会很风光。”

退役后,张帅可一直在河南省武术散打队女子队做主教练,也培养了不少亚洲冠军、全国冠军。2017年,由于妻子一直在宁波工作,张帅可也来到宁波,开启了他的创业之路。来浙江创业,对于张帅可是一次挑战。

不少人劝他,武术文化不好推广,但张帅可却已认定。谈起创业的初衷,张帅可表示,他是一个武术人,未来他要让更多人了解散打,爱上武术散打,也希望给孩子们的成长走出一个新路子。

然而初到宁波,有着出色的武术散打运动经历,又有教练经验的张帅可却面临种种难题,由于人生地不熟,公司也在三年更换了不少地方。张帅可一直通过摸索,通过联合其他武馆合作,直到今年,帅可武术终于在宁波“开花结果”。

如今,帅可武术已经有30名教练员,600多名的学员,对于现状,张帅可并不满足,他认为自己接下来还会对武术散打学习进行细化,除了继续做好分班教学模式外,带着更多的人去接触武术散打比赛,让他们能够在更大的舞台感受武术散打的魅力,同时,他未来会更积极地为当地体校输送人才,让这些武术散打苗子能够在他的引导下走进省队、国家队,为祖国争光。

“别人记住我,就因为我是武术散打冠军,这就是我的个人IP。”张帅可说:“但是我更希望通过一些新的项目,让传统武术散打文化更多地和现代生活结合起来。武术散打不仅能强身健体,也能圆自己的心中那个武术梦。”

A 武侠梦造就了武术散打梦

出生于河北省鸡泽县焦佐村的张帅可,家庭环境并不优越。小时候,身体较弱的张帅可看得最多的便是武侠片,对武术散打相当痴迷,总想着可以练成飞檐走壁,以一敌百。

怀揣着这样的武侠情节,14岁的张帅可进入河南省登封市少林寺塔沟武校习武。张帅可回忆起那段经历,很是感慨。“刚来到塔沟武校,我被整个学校的武术氛围所震撼,不管是街头,还是校园内,到处都是练习武术的人。”

不过当张帅可正式开始学习时,面对封闭式学校,每天6点起床,一年四季没有一天间断。训练更是挑战极限,马步经常要扎一个多小时,很多同学吃不了练武的苦,半途而废了,而张帅可心中的武术散打梦让他坚持了下来。“那段经历让我到现在都记忆犹新,每天早上出操都是限时,由于不开灯,经常会出现穿错鞋的情况,而大家每天最开心的第一件事情看看今天谁出洋相了。”

超乎想象的勤奋,使得张帅可很快在众多学生中脱颖而出。在被称为“塔沟武校奥运会”的学校运动会上,张帅可代表一年级的学生参加散打比赛,并以优异成绩入选校散打队。



武术散打现场,黑方选手张帅可一脚踢飞红方对手。