少年“剑客”温岭展英姿

台州市运会击剑比赛亮点纷呈

本报记者 钟 樑

本报讯 伴随着剑与剑的碰撞声,及运动员的呐喊声、场边的加油声,9月23日,台州市第五届运动会击剑项目比赛在温岭泽国第二小学击剑馆开赛。来自台州各县市区的参赛队员将在两个比赛日里对花剑、重剑、佩剑三个小项,18个组别个人赛冠军发起冲击。

作为首次亮相台州市运会的比赛项目,击剑赛场备受瞩目。对垒双方狭路相逢,张弛有度,优雅却不失激烈的缠斗场面屡屡上演。在这种你来我往快速转换中,首枚金牌很快在男子甲组重剑赛场产生。来自黄岩的牟贝宁首次参加正式比赛,就依靠强劲的下肢力量以及出色的爆发力笑到了最后。“我打得很凶,把自己两个多月来的训练成果发挥出来了。”兼项短跑和击剑的牟贝宁告诉记者,除了短跑,每逢双休是他练习击剑的固定时间。虽然时间有限,但注重手上动作和脚下灵活性两项基本功,让他进步神速。此次夺冠后,牟贝宁的信心更足了,他说:“接下来我要好好训练,争取在下个月的省击剑冠军赛上取得好成绩。”

如果说,男子重剑是黄岩队的囊中之物,那东道主温岭队则在女子花剑项目上占据了一定的优势。泽国二小校长赵建军表示:“本届市运会击剑项目放在我们学校,不仅检验了我们学校的办赛服务水平,对我们学校的击剑项目的提升也是一个很好的契机。”作为台州市运动项目C类基地,泽国二小于2017年成立击剑社团,随着专业教练的引进和大量设施设备的投入使用,林珂羽、屠迁羽等小队员相继脱颖而出,击剑也成为继足球和排球后,该校的又一张体育名片。“击剑项目在校内的普及,是竞技体育跟普惠体育相结合。既抓点上的成绩,也抓面上的丰收。让孩子们在体育竞赛当中获得成绩,感受到成功的快乐,也能让更多的孩子参与进来,感受体育活动的魅力。”赵建军如是说。

“首次引入击剑比赛,给广大青少年少年带来获得感。同时,本届台州市运会也将致力于让更多群众参与进来。”台州市体育事业发展中心党组成员叶骥华介绍说,本届台州市运会创造了设置项目、参赛人数等多个历届之最,还首次引进了象棋、五子棋、车辆模型、广场舞、易筋经等十一个群众体育项目。“本届比赛在疫情有所缓解的情况下开展,我们希望通过以上亮点,以体育健身推动全社会的健康观念,建设全民体育健身的大局面。”叶骥华补充道。

亮相第十二届海峡论坛

绍兴越城快阁苑小学空竹表演惊艳全场

本报讯 近日,在“扩大民间交流,深化融合发展”的第十二届海峡论坛上,绍兴市越城区快阁苑小学选派的25位学生携手中国台湾苗栗空竹队,给观众带来一场空竹表演的视觉盛宴。

据快阁苑小学校长周建明介绍,因为疫情的原因,后龙小学学生无法到海峡论坛现场,而是采用视频的形式展现在舞台的大屏幕上。

两校学生在“梦想的天空”背景音乐中,向开幕式现场的嘉宾展示连贯娴熟的空竹动作,精灵棒上同时舞动着眼花缭乱的长龙,两岸孩子们欢快的空竹表演洋溢着满满的朝气与青春活力,一起舞动出两岸学子共同的梦想天空,传达了两岸学子更加紧密的交流愿望。

“参加本次演出的半数以上孩子都是第一次站上这样的大舞台,从紧张到从容,从胆怯到自信,从失误频频到完美无瑕,不仅仅是空竹表演水平的提升,更是孩子们内心逐渐强大的过程,一个海峡两岸学子交流互通增进互信的过程”。快阁苑小学张老师高兴地说。

作为学校的空竹客席老师,来自中国台湾的容沛辰深有体会地说:“我看到了孩子们在准备这次活动中的点滴成长,孩子们进步都很大,不仅是技术上的,更是能力和习惯上的,希望两岸的孩子通过空竹活动更多地进行文化的交流,共同促进空竹民俗体育运动的发展。”参加活动的孩子们纷纷表示,这次难忘的演出,扩大了眼界,收获了成长,更深切感受了海峡两岸的融合与发展。

(通讯员 何新海)

过足“网”瘾

近日,2020宁波市奉化区“品质城区杯”第十一届网球排位赛在区实验小学网球场圆满收拍。共有来自奉化区各机关(企事业单位)、学校、网球俱乐部和网协协会经过初赛海选的近50位网球业余精英选手参位赛。

通讯员 周 力

推广健康理念,致力太极传承

黄浩峰:只想教大家练太极强身

本报记者 李笑莹

每天清晨,台州市杜氏太极拳非遗传承基地就热热闹闹的站满了人。“我们都是跟随黄浩峰来学习太极拳的!黄师傅,您看我这个动作标准吗?发力位置正不正确?”今年52岁的黄浩峰习武三十多年,从1988年开始到现在,他致力于杜式太极拳的传承,为上千人打开了认识太极拳的大门。

师承太极传人,推广健康理念

20世纪80年代初,杜式太极传人杜啸岳将毕生所学传予黄浩峰。“练太极拳之所以能够帮助我们强身健体,是因为打太极的过程中能够帮助我们身体舒筋活血,打通经络,是对人体内循环的修复。”黄浩峰介绍。

此前,李丽(化名)曾经患有关节炎和痛风。“跟着黄师傅学了太极拳之后,我坚持天天练习,现在病症缓和了不少,身体也觉着更轻松了!”

“我现在主要推广的是养生桩功38式,非常好学也不会伤身体,很适合刚开始学习太极拳的人。多练太极拳,能够帮助气血有序地循环起来,改善人体内环境,让我们的身体健康起来。”黄浩峰说,他努力的推广太极拳,就是要把通过打太极强身健体的理念传递给更多的人。

练拳强身健体,致力太极传承

“传承万难乞三钱,四处化缘救杜拳。”黄浩峰在宣纸上用毛笔写下两句话。1986年,他开始在农村边学边教授杜氏太极拳,服务的对象基本都是农村人。“我本身是台州农村人,所以把杜氏太极拳文化传播到台州市的各个县市区,带着农民兄弟在全国各地打比赛,我认为是理所当然的。”

黄浩峰告诉记者,道家讲究的是修身养性,现在很多上班族,因为久坐不运动得了“办公室病”,不是颈椎痛就是腰椎痛,很多情况下都是不经常运动而造成气血淤堵的现象。“每天打几十分钟太极拳,就像给五脏六腑‘洗桑拿’,能够帮助人体疏通经络,排毒活血,身体自然就好了。”

20余年,黄浩峰一直坚持推广杜氏太极拳,致力于太极拳教学及理论研究,潜心挖掘整理历代师祖遗留的道家手抄心法和武术拳谱。他说:“作为传承人,把正确打太极拳的方式传播给周围的人,我觉得这是我的责任。”经过黄浩峰三十多年的推广传播,目前杜式太极拳已在国际国内具有广泛的影响力,被授予“发展武术运动贡献奖”,还获得了“太极拳活化石”的美誉。