

爱笑爱闹爱折腾,她说这才是充实的青春

海宁活力健身教练两度登上“春晚”

本报记者 洪漩



在嘉兴海宁健身圈,28岁的孙梦云可是大家公认的红人。因为热爱舞蹈和健身,先后登上不同的“春晚”。

“我是摩羯座,天生的工作狂。”孙梦云和记者分享起自己的日常:白天健身课、晚上舞蹈课,平日不定时给企事业单位进行体能和舞蹈培训,偶尔参加马拉松、定向赛做热场嘉宾,每年还要抽出一定时间参加培训“充电”,并加入了海宁市潮城应急志愿服务队做公益……“我很享受这样的生活,充实!”

凭借扎实的舞蹈功力 与春晚结下不解之缘

孙梦云从小热衷跳舞,还喜欢参加各项体育运动。这一点从她玲珑且爆发力十足的身体条件上就不难发现。曾在海宁卫生学校就读的孙梦云,毕业后没有像大多数同学一样从事医护工作,而是凭借着扎实的舞蹈功底,投身自己喜欢的健身行业。从业八年,如今的她早已是海宁鸿翔健身会所的明星教练了。

健身教练又是如何登上央视春晚舞台?这还要从孙梦云不断给自己“充电”说起。原来,孙梦云时不时地要去参加教练培训课程,在一次培训中,她偶然认识了著名广场舞培训导师王广成。“一日,他在群里招募春晚的演员,我就想去试一下。”孙梦云果断报了名,提交

培养“最强舞者”登台家乡春晚 志在为公益组织打个活广告

在工作之余,孙梦云还十分热衷公益,是海宁市潮城应急志愿服务队成员之一。据她介绍,该志愿服务队成员都是受过专业培训的志愿者,平时负责在市区范围内协助各部门参与交通、急救、消防等应急救援,同时配合派出所、街道等多个部门在节假日交通、治安、反诈等多个方面开展活动。

为了让更多市民了解服务队,发起人便想到了登上本土春晚扩大影响力的点子,至于用什么形式的节目,一时犯了难,便在群里向队员们发起号召。

于是,孙梦云第一个响应。“不如就编排一个舞蹈,把我们指挥交通时的八个动作融合进去。”很快,应者云集,最终由孙梦云担任编导组成一支10人舞蹈队,计划为观

资料,上传视频,很快就收到入选通知。“那时候真的开心到想飞,后来买了火车票,独自一人坐了13个小时的火车,踏上了北京的‘演艺之路’。”

孙梦云参与的节目是广场舞歌曲《一起跳舞吧》,共有60多位表演者。孙梦云直言,既能在全国观众面前展示多年所学,又能见识到许多高手,所以格外珍惜如此好的锻炼机会。一切的努力化作最后一刻的爆发,最终站在舞台那一刻,紧张与兴奋将孙梦云的情绪瞬间点燃,这个爱跳爱闹爱折腾的姑娘,以一个舞者身份登上了2018年的央视春晚舞台,她将自己十几年对舞蹈的热情都展现在这次表演中。

众献上一个别具一格的节目——《交通指挥舞》。

再度结缘“春晚”,孙梦云有些兴奋,此春晚非彼春晚,观众们可都是父老乡亲。孙梦云的身份也有了变化,从舞蹈演员变成了身兼重任的“大家长”,努力在短时间内将一群毫无舞蹈功底的普通人培养成“最强舞者”。“感觉比2018年参加央视春晚舞台还令人紧张。”对此,她直言倍感荣幸和压力。

所幸的是,功夫不负有心人,一段时间后,大家的动作整齐划一起来,对于大家的进步,孙梦云欣喜又欣慰,对于再度登台“春晚”,她也信心十足,“希望能通过我们的表演,让更多人知道并了解我们的公益组织,并且能加入我们!”

一家5位国际级、国家级篮球裁判 打了60年篮球的老人 用热爱播种梦想



每天上午9点,73岁的胡佩荣便会来到小区附近篮球场打球,或者和老年球友们一起切磋球技。“以前打球真的是不要命,现在完全属于锻炼身体了。以前的篮球架是水泥柱子,经常是球投进了,身体也撞到了水泥柱子上。”胡佩荣笑着说。

据了解,胡佩荣1948年出生,从16岁读中学时就开始打篮球。“打球快60年了,可以说是钟爱一生,三天不打手脚‘发毛’。我给自己制定了篮球‘211工程’的小目标,就是每天投篮、三步上篮、打板跟罚球要超过211次。”

胡佩荣说,自己从小就十分热爱打篮球,而这份热爱已经坚持了60年。1991年,胡佩荣与朋友发起成立嘉兴篮球协会,成立初期面临着经费困难等诸多问题,球赛的广告牌电焊等工作都是胡佩荣自己完成。“那个时候,国家男篮女篮都曾受邀来嘉兴打比赛。”胡佩荣说,1993年,自己被评为国家一级裁判,当时嘉兴这个级别的裁判也就只有两三个人。

后来,胡佩荣在洪合镇工作期间与妻子相识,妻子很支持他打篮球,儿女以及孙子都受他影响爱上了篮球。儿子胡吉是70后,2009年成为篮球国际级裁判;女

儿是国家二级裁判,女婿是国家一级裁判;孙子胡宇衡1996年出生,目前也是国家一级裁判……一家5人都是篮球裁判,平时家庭微信群里聊得最多的也是篮球。

胡佩荣说,有时候一家人一起探讨赛事业务,针对比赛中的部分判罚,祖孙三代也会各抒己见,有着不同的看法。胡佩荣经常对儿子讲,做裁判最重要的是公平公正,“你在‘吹’,成千上万双眼睛都在看。”

平时一有赛事,儿子会在微信群里第一时间发出消息,夫妻俩也十分关注比赛动态,胡佩荣还会拿出自己精心手绘的比赛表格,仔细记录着每一场的的数据。“我老婆虽然不打篮球,但也很喜欢看比赛。现在儿子家在上海,女儿家就住对门。儿女们非常孝顺,生活很幸福。”

时光流逝,胡佩荣和他的老年球友爱篮球的热度丝毫未减。只要逢周六下午,大家常常相约在嘉兴篮球协会球馆里,在这个“根据地”以球会友,不少年轻人也会前来切磋球技。

胡佩荣说,无论是自己打球,还是在电视上看儿孙做裁判,一说起篮球,自己好像依旧是60年前的那个在篮球场上挥洒汗水的少年。

(通讯员 孟多多)