



李红月:武能健体 艺可悦心

本报记者 陆英健

人物介绍



李红月,湖州吴兴区武术协会理事,习武30余载,从事公益武术教学多年。湖州市老年大学志远摄影协会会员,理事;中国女摄影家协会会员;浙江省摄影艺术学会会员;湖州市摄影家协会会员;湖州市体育摄影协会会员。

“

而立之年开始习武,之后成为孙铁根弟子,习练十八般武艺。年轻时候的她专心追逐自己的功夫梦,现在则投身全民健身事业,成为组织公益体育教学的热心人。湖州市吴兴区的武术达人李红月说,能把武术传递给越来越多人,让大家参与全民健身,就是自己最大的心愿。

练武之余,李红月也有自己的兴趣爱好。学生时代的她便热衷于书画,如今她又拿起相机,用光影记录生活中的难忘瞬间。武能健体,艺可悦心,在她看来均是人生快乐。

”

壹 舞刀弄剑 只为童年一梦

李红月习武至今已有30余载,而这一切都源自她童年时期的梦想。“我还是小女孩的时候就喜欢武术,非常向往练武。”李红月笑言,“但当时父母并不支持,觉得应该学好文化知识。”

成年后,李红月下过乡、做过机械工、当过化验员和操作工,但却一直没有忘记自己的武术梦。等到自己为人母,便毫不犹豫地 go 到武校练习。有一次,独自练功的李红月被一位鹤发童颜的老者发现,老者看她一招一式颇有架势,既有天分又肯学,便主动提出收她做弟子。这位老者不是别人,正是中国武术协会荣誉会员、中华武术老拳师孙铁根。老人一身好功夫,吸收多家门派精华,掌握了刀、枪、剑、棍等几十种武术功夫,有少林梅

花拳、猴拳、五步拳等多达100余套拳术,堪称浙江武林界会拳术最多的达人之一。“刀、剑、拳这些都练,跟师父学了很多。”从此,李红月便跟着师父日复一日地习武,坚持了30多年。

2019年,李红月成为吴兴区武术协会理事。她最关心的事就是每年组织的公益培训。“原本协会就有公益教学活动的传统,我想继续把它做好。”她联合师父的铁根武术馆梅花馆成员,积极参与公益培训



孙铁根在指导李红月习武

等活动,把各类武术套路传授给大家。“希望大家都参与进来,学学武术,强身健体。”李红月说。

贰 追光逐影 惟愿记录生活

大约在五六年前,李红月爱上了摄影。“年轻的时候我喜欢画画,没时间出去写生,那个时候就经常想,要是能把这些唯美的风景带回家就好了。”于是她开始接触摄影,把一张张美景收录在镜头中。她参加了湖州市老年大学摄影基础班学习,之后又加入了老年大学的摄影协会。2019年,她荣获湖州市老年大学志远摄影协会优秀志愿者和湖州市摄影家协会优秀志愿者。她的作品《老有所乐》入展

“展风采、颂小康”暨抗日战争胜利75周年书画、摄影、集邮作品联展,《热闹的采菱文化节》在2020湖州市南浔区和孚镇第四届采菱节“美丽乡村摄影大赛”中荣获优秀奖。

今年年初,她还和老年大学志远摄影协会志愿者们走进湖州芳华艺术培训学校,为留湖过年的新湖州人及当地居民子女拍照、送福、写春联。“我还是想要发挥余热,多做一点事。”她笑称。

现在,李红月捧着相机,

越拍越多,越拍越好。“除了风景,我现在拍得最多的就是我们的各种活动、演出,我要把这些瞬间都记录下来,以后可以拿出来回忆。”

除了摄影,兴趣广泛的李红月还喜欢茶艺、插花和书法。“喝茶也是我的一个爱好,它能让我感到身心愉悦。我还会在空余时间练练书法,插插花,让自己静下心来。做自己想做的和喜欢做的事情。让自己在退休之后老有所学、老有所用、老有所乐,发挥点余热。”



《放风筝去》



《老有所乐》

导读

温岭小箬村:
让运动变得缤纷多彩

<<<B3

冯文彬与中华全国
体育总会

<<<B4