66岁首次登上全运舞台，70岁再次出发

桐乡有位传奇乒乓老将

七彩人生

最近，嘉兴桐乡的一位70周岁高龄运动员朱立耀正在积极备战即将到来的第十四届全运会，他将代表浙江队参加全运会群众组乒乓球比赛，这也是他第二次参加全运会。

虽然朱立耀头发花白，但精妙地挥拍、灵巧地穿梭、娴熟地接球，无不展示着他蓬勃的活力，这股精气神比许多年轻人都要厉害。

今年70岁的他，自从小学三年级第一次接触到乒乓球，就无法自拔地爱上了这项运动，可惜后来因为一些变故，一度放弃，直到23岁那年又重新握起了球拍。“23岁以后，我在一所小学当老师，虽然是教语文的，但因为自己爱好乒乓球，所以在课余就会教学生打乒乓球。”朱立耀坦言，在教学生的过程中，他自己也在不断锻炼球技。

1992年，朱立耀和其他乒乓球爱好者带头成立了桐乡市乒乓球协会。此后，在他们的带动下，越来越多的乒乓球爱好者加入协会，朱立耀也成为了桐乡乒坛的“常青树”。尽管在圈内已经是实力显著的老前辈，但是朱立耀没有骄傲自满，练习乒乓球近50年来，他一直勤加练习，不断钻研球技，拿遍了各类比赛的冠军。去年10月，朱立耀还被评为“嘉兴市乒乓功勋人物”，以表彰他对乒乓球事业作出的贡献。

谈起朱立耀在桐乡乒乓球界的威望，62岁的球友吴晓平不禁竖起了大拇指：“朱老师这么大的年纪能打出这么好的水平，真的不容易，而且他也没有受过专业训练。完全是喜欢打球，自己钻研，我真的很佩服他。”

2017年，第十三届全国运动会设立19项群众比赛项目，乒乓球就是其中一项，这也意味着普通老百姓可以和奥运冠军、全国冠军一起出现在全运会的赛场。当年已经66岁的朱立耀决心参赛，经过层层比拼选拔，成功拿到了参加第十三届全运会群众乒乓球总决赛的通行证。“那时候我很激动，因为全运会代表着我们中国乒乓球的最高水平，能够参加比赛，一是证明了我的水平，另外也能够为我们浙江省争光。”朱立耀说。

参加过一次全运会，对朱立耀而言已经很满足了。但是没想到，今年第十四届全运会的群众乒乓球比赛的参赛年龄范围又扩大了，这让他原本已经平静的心又开始沸腾了。“这次能够入选，真的是三个字——‘没想到’，因为上一届全运会是到60岁年龄组为止，但是这次国家体育总局又把参赛范围提高到70岁年龄组，那我又有机会了。”朱立耀说。

（通讯员 沈燚茜）

活力晚霞

近日，“庆建党百年 迎亚运盛会 展晚霞风采”绍兴市柯桥区第八届老年人运动会暨“王坛杯”气排球（女子）比赛在该区王坛镇文体活动中心举行，9支代表队70名运动员参赛。最终东道主王坛镇代表队勇夺冠军。

通讯员 张元中 董依娜

古稀老人成“金牌陪练”

徐佳浩：乐享乒乓健康生活

在建德市老年大学乒乓球室里，经常能看到一位中等个子、身体健实的老人身影，他和球友们你来我往，挥拍击球，乐此不疲。这位老人就是几十年如一日，乐享乒乓球运动，被众多球友称作“金牌陪练员”的徐佳浩。

徐佳浩今年75岁，年轻时喜欢篮球、太极拳、乒乓球等体育运动。上初中时，徐佳浩是学校乒乓球队的队员，工作后又参加了篮球队，曾代表建德篮球队参加杭州地区的企业职工篮球比赛。退休后，他选择了打乒乓球和太极拳这两项运动来锻炼身体，丰富晚年生活。

徐佳浩曾参加了几次当地老年人乒乓球比赛，都取得了不错的成绩，这让他打乒乓球的热情逐渐高涨。此后，不管刮风下雨，还是酷暑严寒，徐佳浩几乎每天都会出现在市老年大学或体育馆的乒乓球场，和球友一起打球，做球友的“陪练”。

“人生如球，打左打右，打上打下，打高打低。球技很重要，但运动的乐趣也很重要，尤其是在打球时，经常会遇到滚网球、擦边球之类的运气球，这都会让人惊喜万分，那种愉悦感是什么都代替不了的！”谈起多年打球的感触，徐佳浩特别开心。

多年来，由于徐佳浩待人随和，加上打球时不计得失，球德球风好，因此，不仅老年人喜欢主动找他打球，很多年轻人也喜欢找他练球，慢慢地，他成了人见人爱的“金牌陪练员”。

每次打球时，徐佳浩看到有人站在一旁等候，无论是熟悉的球友还是陌生人，他都会主动让给别人先打一阵，这也是他多年来养成的一种习惯。“看到大家开心，我心情就特别好，一年到头连感冒发烧这样的小病也很少了。”徐佳浩笑着说。

有一次，徐佳浩看到一位球友的球拍胶皮老化，多处脱皮。他二话没说，就从网上购买了一块新的胶皮，给球友换上，这令球友十分感动。不仅如此，多年来，徐佳浩每次参加各种乒乓球赛获得的纪念品和奖品，都会无偿地赠送给其他球友。

徐佳浩说，打乒乓球是一件快乐的事，帮助别人更是一件快乐的事。 （通讯员 宁文武）

短消息

@嘉兴

本报讯 日前，由嘉兴市南湖区城南街道承办的经开区老年人桌上冰壶球社会体育指导员培训班开班，4个街道的20余位学员参加本次培训。通过社会体育指导员业务培训，详细讲解了桌上冰壶球的发展，解读比赛规则以及技巧，并现场进行了实战演示。

（通讯员 吴晓宇）

@建德

本报讯 7月13日，建德市老年人体育协会2021年上半年工作会议在该市罗桐社区召开。会议总结上半年工作布置下半年工作任务，就老年体育必须转变竞技观念、名次观念、政府包办观念，强化自身建设，加强管理等方面进行了探讨。

（通讯员 陈启浩）