



王怀亮:让民俗体育走进千家万户

本报记者 余敏刚

人物介绍

王怀亮,温州平阳人,温州市民俗体育运动协会主席、首届世界骨伤科联合会科学进步奖获得者、中国运动养生名家。

壹

从小热衷体育,对武术有了更深认识

王怀亮儿时就爱好体育,对武术有着独特的情怀。小时候,活泼好动的他喜欢跟其他小伙子玩扳手腕、摔跤等活动。15岁时,偶然看到学校里有人打南拳,他也萌生了练习的想法。在之后很长的一段时间,王怀亮每天起早贪黑在平阳县鳌江边,从不间断练习。一次偶然的机会,他接触了太极拳,在初次体验后,便一发不可收拾。1983年,当时全国各地刮起了武术热,王怀亮又学习了少林拳。“练习武术不仅强身健体,还能结交很多志同道合的朋友,多年的习武经历,也让我对武术文化有了更深一层的认识。”

“

相较其他体育人,王怀亮直言,自己与民俗体育文化交集更多。因为他不仅仅是个文体达人,更是体育活动的召集者、民俗体育赛事的推广者。“毫不夸张地说,体育文化已经融入我的工作和生活。”王怀亮说。

”



贰

因练举重受伤,对健康与运动有了更多思索

除了武术,王怀亮还喜欢举重。遗憾的是,他在一次举重练习时,由于动作不规范而导致意外受伤,休养了一段时间。此番经历让王怀亮开始对健康与运动有了更多思索。王

怀亮告诉记者,在近40年的时间里,他一直致力于研究运动养生,希望把运动康养理念传递给更多人。在此期间,他还成为首届世界骨伤科联合会科学进步奖获得者。

2017年,王怀亮主动请缨,希望用毕生所学为温州百姓的健康做点力所能及的事。他一再强调:“运动可以加快人体机能的运转,但是必须通过科学健身的方式才行。”

叁

投身民俗体育,让更多人参与其中

如今,王怀亮又多了一重身份——温州市民俗体育运动协会主席。说起从事民俗体育的初心,王怀亮坦言,在他从事体育工作的这些年,发现民俗体育运动颇受普通老百姓的喜爱。“民俗体育运动来自于民间,集中了民间智慧和民间力量,它不是单样性的,具有演艺、竞技、康养、休闲等多样

性。它又是大众体育,能进社区、进山区、进海岛,能够唤起人们对体育热爱的初衷。”

正是有了这样的想法,王怀亮连续两年牵头组织浙江省民俗体育精英赛,不少外地前来参赛的选手和温州市民直呼过瘾。王怀亮还组织20多名会员走出国门,与世界友人一起分享民俗体育。值得一提的是,温州

市民俗体育运动协会在疫情期间推出的“浙里乐”“跟着冠军一起动起来”等系列活动,引起国家体育总局关注。

王怀亮希望通过整合各类传统文化和民俗体育运动项目,唤起全社会对传统民俗体育的记忆,关注运动健康,使民俗体育运动融入到老百姓的日常生活中去。

肆

广交书画名家,促进体艺跨界融合

生活中,王怀亮除了热爱体育运动,还喜欢书法、绘画。只要有空,就四处拜访书画名家,接受艺术熏陶,一来二去,结识了百龄书法家张鹏翼、中国美术学院原院长肖峰、中国工艺美术大师高公博、草原画马名家孙光奇、书法家吴永龙等书画名家。

在此过程中,王怀亮发现,书画创作过程其实与民俗体育

有着相通之处,于是萌发了通过体艺跨界融合促进民俗体育发展的想法。这个崭新的理念,得到了越来越多书画名家的认可,他们纷纷用手中的墨宝助力民俗体育赛事活动。

说到未来,王怀亮想建立一个民俗体育博物馆,能够让更多青少年了解民俗体



育,以“体育让生活更美好”的理念,带动更多人参与体育运动,强健体魄的同时收获友谊。



导读

周末“森”呼吸,隐秘在杭州周边的美妙云境!

<<<B3

七金·浙江荣耀

<<<B4