

本报记者 孔乐佳 郑润鑫 周 斌



七彩人生

又是一年端午节,除了吃粽子,赛龙舟也是必不可少的传统项目。每年端午,杭州市西湖区蒋村都会举行“龙舟胜会”,当地有“端午大如年”的说法,百舸争流的热闹景象吸引了不少人赶来观看。历史悠久的蒋村“龙舟盛会”不仅在全国负有盛名,在世界上也闻名遐迩,已经成为国家级非物质文化遗产。

受到疫情影响,近几年的蒋村“龙舟胜会”按下了暂停键,但是有一个人从没停下手里的活,他就是蒋村龙舟协会特聘工匠——今年75岁的董阿毛。每年端午前夕,都是董阿毛最忙的时候,今年也不例外。选木、裁板、抛光、打磨、上色、组装……经历无数道繁琐的工序后,一只栩栩如生的龙头跃然眼前。

“龙头是龙舟的灵魂，一艘龙舟拉出来，龙头够不够威风很重要。”董阿毛向记者展示前不久做完的龙头，无论是造型还是配色，每一处都看得出他的良苦用心。在龙的额上画上“王”字尽显威风霸气，就连龙舌也特地做成了可活动的装置。董阿毛介绍，这样的龙舌会随着波浪一起动，更加美观、有韵律感。为了让龙舟在水里更活灵活现，每一处细节都不容忽视，因为没有实物可以参考，造型

的设计和配色全凭自己想象。一来二去,完成一只龙头至少需要一周,制作一艘完整的龙舟则要付出更多的时间和精力。

蒋村的龙舟分为半天装、满天装、赤膊、泼水龙舟等几种，其中“满天装”龙舟在全国是独一无二的。眼下，董阿毛正在全力制作的“满天装”龙舟，别看麻雀虽小，但五脏俱全，甚至比做一艘大龙舟难度更高。一艘色彩斑斓的“满天装”龙舟，除了要有雕刻精细的龙头、龙身、龙尾，还需要在船身上插满彩旗，装饰凉伞、船桨等，通过卯榫结构来组装龙舟，光是零部件就超过了100个。董阿毛介绍，“满天装”龙舟要用香樟、杨树、杉树等多种木材制作，屋檐要用杨树的木头，因为比较软，可以做出屋檐的弧度。

在旁人看来复杂的工序,对董阿毛来说却是兴趣所在,他喜欢“读懂”木头、“做懂”龙舟。作为一名“40后”,董阿毛跟龙舟打了大半辈子交道,潜心钻研、手艺精湛。他坦言,会因为完成一只龙头奖励自己休息几天,也会因为别人的一句称赞高兴很久。

龙舟不仅是董阿毛的爱好，更承载着自己一生“守艺”的初心。“我想宣传蒋村的‘满天装’龙舟，让更多年轻人参与进来，把龙舟文化传承弘扬下去，这是我最大的心愿。”

未来,这两艘“满天装”龙舟将通过蒋村龙舟协会赠与当地学校,向更多孩子宣传龙舟文化。



活动室

运动正当时 银龄乐享缤纷趣味赛事

初夏是强身健体的好季节,我省各地老年体协组织形式多样的体育活动,丰富老年人的体育文化生活,促进老年人之间的交流。

杭州余杭:好玩灵活乒乓球

5月27日,余杭区老年人乒乓球交流活动在径山镇文体中心举行,来自全区各镇街的12支代表队共96名运动员齐聚一堂,以球会友。

比赛分男子组和女子组。比赛中,运动员们技术精湛,不断变化战术打法,或精准进攻,或巧妙

防守,精彩场层面出不穷,现场观众欢声笑语不断。

余杭区老体协会长俞红霞表示,开展老年人乒乓球交流活动是“迎亚运展风采 争做老年健康的光荣使者”系列活动之一,为全区乒乓球老年爱好者交流经验、切磋球技提供良好平台。

仙居：健身益智兜兜球

5月29日,由仙居县横溪镇老体协组织的农村文化礼堂银龄文体(兜球)大比拼活动在溪头村文化礼堂举办,来自溪头、联盛、大林等23个村文化礼堂兜球体育代表队,共计100多人参加了此次活动。

比赛采取男女混合团体循环

赛制,每场比赛设男、女单、混双(男投女补、女投男补)三个项目。通过一天的角逐,最终,溪头、桃园、俞店、九龙山、后山根、张庄等6个村文化礼堂体育代表队荣获优胜奖,其他17个村获得优秀奖。

磐安：悠扬洒脱太极拳

5月26日至27日,2022年金华市老年人太极拳(28式)交流活动在磐安县举办,共有来自各县(市、区)11支队伍160余人参加。活动设集体和个人优胜奖、优秀奖。

新编28式太极拳自去年专门组织培训推广以来,深受广大太极拳爱好者喜爱。这次交流活动,是

对去年培训成果的检验。经过两天的交流,婺城区、金东区、东阳市、义乌市、武义县、磐安县、浦江县获集体项目优胜奖;婺城区严海燕、金东区施美鹭、东阳市骆满弟等24人获个人项目优胜奖;磐安县、金东区获最佳组织奖。

(通讯员 徐月月 林峰 曾国黄承漳)



网上争锋

近日,“迎端午,同防疫,全民健身在新升”气排球邀请赛在诸暨市牌头镇新升村文化广场举行。8支气排球队队伍经过12场激烈争锋,最终,东道主新升队夺得女子组第一名,宜联队夺得男子组第一名。

通讯员 蒋梅君

线上培训 线下指导
宁波北仑享“柔”美运动

本报讯 5月24日至6月2日,宁波北仑区老体协采取线上培训、线下指导的方式,分期分批下基层开展柔力球培训。培训活动严格遵守疫情防控规定,将全区分成四个区域,化整为零、分批分散,每班人数控制在50人以内。由国家级柔力球教练,王婵娟为学员指导授课。

据悉,为满足广大群众的健

身需求,北仑区文化和广电旅游体育局组织开展了“一人一技”体育技能公益培训。区老体协认真履职,精准施策,充分发挥组织、指导作用,积极开展线上为主、线下为辅的培训活动。3月下旬以来,先后录制桌上冰壶球、柔力球视频教材,指导中老年体育健身爱好者居家锻炼。

(通学员 王 力 李欢腾)