

应江平:转变的是角色,不变的是热情

本报记者 郭乐天

“

仙居的朱溪镇,山清水秀。近年来,利用良好的自然条件,朱溪镇推进自然资源与体育相结合,打造了梯田马拉松等赛事,促进体旅融合的同时,朱溪镇的名气愈发响亮。在日前公布的台州2022年重大文旅开工项目清单中,落户于朱溪镇的“天空之城”项目榜上有名。据了解,该项目建成后,将集低空飞翔游乐、运动旅游、休闲度假、户外教育于一体,成为台州乃至浙江规模最大的国际级综合文旅项目之一。朱溪镇变得越来越运动,背后离不开同样热爱运动的镇长应江平的努力。

”

作为一位曾参与过杭州马拉松、上海马拉松、厦门马拉松等国内著名赛事的路跑达人,早在2015年,应江平便创立了仙居路跑团,来自各行各业的仙居路跑爱好者渐渐把这当成了重要的“根据地”。如今,路跑团的多位成员已经跑出浙江,开始向全国

进发。“那时我的空闲时间比较多,加上自己本身也很喜欢跑步,就想着有没有志同道合的人可以一起跑,跑团就这样慢慢组织起来了。”应江平说。

应江平透露,团队并没有严格的规章制度,大家通常会相约晨跑和周末的绿道半马跑。不管是新人还是“老炮”,跑步时都不会把快慢放在首位。“挑战自我、跑得快乐才是最重要的。”

值得一提的是,热爱挑战自我的应江平,还曾经完成过“跨项”。2020年,仙居路跑团曾在国庆假期期间举办铁人三项赛为祖国庆生,这是仙居首个“铁三”赛事,应江平也是参赛选手之一。“那次比赛挺‘虐’的,虽然赛道总长是标准‘铁三’的一半,但难度依然不小。”

应江平坦言,在游泳、跑步、骑行三个项目之中,游泳是他最大的软肋,尽管在赛前进行了突击训练,可与他擅长的跑步相比还是差距明显。“训练单一,就容易出现伤病,参加‘铁三’这种多样化的赛事,有助于我们跑得更远、更久。如果以后有这样的机会,我肯定还会参加。”

成为镇长后,应江平将自己对



于体育的热情倾注到了工作中。除了扩大梯田马拉松的规模,在应江平的记事本上,山地自行车、越野赛等赛事也纷纷提上日程。“有了赛事打基础,我们已经对民宿、餐饮等配套设施进行了整体规划,如果说以前算小打小闹,接下来,咱们朱溪的老百姓将真正吃上‘体育饭’。”展望未来,应江平信心满满。

今年,天空之城项目将陆续迎来滑翔伞、滑索等项目的开放,镇上的杨丰山村也在利用美景做文章积极引进相关赛事。在应江平看来,通过体育赛事带动周边群众参与运动,促进周边产业发展,在奔向共同富裕的路上,朱溪镇一定会迈出更加坚实的步伐。

汪显德:耄耋老人的“翩翩”晚年

本报记者 高玲玲

6月6日早晨,在黄岩永宁公园,一群衣着华丽的拉丁舞者伴随着节奏明快的音乐翩翩起舞,动作优雅娴熟。他们来自黄岩区老年体育舞蹈队,平均年龄60岁,最年长的是已至耄耋之年的汪显德。“我坚持跳拉丁舞30年,拉丁舞不仅让我摆脱了疾病困扰,还带我登上国内外舞台,很开心。”

汪显德是原黄岩广电局退休干部。退休后,在一次全民健身活动中,从小热爱文体运动的汪显德与拉丁舞结缘。“拉丁舞既能锻炼健身,又能参加表演和比赛,还能圆我的舞台梦。”经过一段时间的练习,汪显德的拉丁舞技越来越好,适逢黄岩老年体协舞蹈分会成立,汪显德当选会长,还义务当起了拉丁舞老师。

“当时很多人没接触过拉丁舞,会跳舞的中老年人也不多,我也是业余的。”汪显德说,为了激发更多人的跳舞热情,他查阅资料,观看录像带,对拉丁舞进行改编。“拉丁舞分为恰恰、桑巴、伦巴、牛仔、斗牛五支舞,我把五支舞串烧起来,融合成一支有特色的舞蹈。”汪显德自己编曲,放慢了音乐的节奏,既保留了拉丁舞的特色,又适合中老年人的动作节奏,受到了社区居民的欢迎。

拉丁舞不仅让汪显德老有所乐,而且还让他摆脱了疾病困扰。刚退休时,汪显德身体有不少健康问题,高血压、心跳紊乱(早搏)、关节炎、腰椎病……虽曾求医治疗,但没有明显效果。2009年12月,年近80的汪显德被诊断为胃癌晚期,手术切除了3/4的胃,还被告知不能参与剧烈运动。一想到从此不能跳舞,汪显德心有不甘,于是他吃药疗养,注意饮食,休息了大半年,又瞒着家人偷偷跳起舞来。“跳舞让我觉得快乐。”汪显德几年后,身体奇迹般地康复了,各项指标恢复正常,原本身上的小毛病也离他而去。

这些年,依靠着出色的编舞,舞蹈队在国内的舞蹈比赛中斩获了不少大奖,还曾入选过中央电视台全国中老年人春节联欢晚会。让大家印象最深的,是在新加坡的演出。“当时有许多华人观众,看到我们特别亲切,表演结束了,大家站起来拼命鼓掌,还要我们继续跳一支。这一刻,感觉每天的辛苦训练都值得。”汪显德笑着说。

如今,汪显德每天会安排两个时间段跳拉丁舞,拉丁舞成为他晚年生活中不可或缺的重要组成部分。



虞卫东:以爱弄潮,将龙舟划进群众心里

本报记者 徐莘莘



今年52岁的虞卫东是台州一家私营企业的老板,谈及他和龙舟的缘分,还要从游泳说起。虞卫东是一名资深游泳爱好者,是当地游泳协会十余年的老会员,现已成为黄岩游泳协会会长。“龙舟就是加入游泳协会之后玩起来的。”2012年前后,虞卫东和当时黄岩游泳协会的组织者们发现,温州、宁波等地游泳协会的成员们经常组织龙舟活动,场面精彩、热闹。于是他们也开始尝试。“学会之后就停不下来了,这项运动很有激情。”说到为什么喜欢龙舟运动,虞卫东像是打开了话匣,言语中皆是热爱。

这之后,黄岩冬泳协会龙舟队成立,队员们开始有组织有计

“

刚刚过去的这个端午节,台州黄岩掀起了龙舟热。在西江别浦上,身着蓝色运动服的龙舟队员整齐划一地荡桨击水,龙舟一个猛子扎进水面,而后又高高扬起,轻快而富有冲劲。岸上,一阵接着一阵的欢呼,久久地在五洞桥回荡。

掀起这阵热潮的是黄岩官河龙舟队的队员们,而虞卫东就是这支队伍的发起者。“端午活动之前完全没想到,引起这么大的反响。”

”

划地划龙舟。2016年,这支队伍还曾主办台州市龙舟大赛,得到业内人士好评。“后来因为我们经常划的永宁江那片水域水不是很平静,一时又没找到合适的场地,龙舟队解散过一段时间。”直到2020年,在虞卫东的建议下,当地十几名龙舟爱好者又重新聚到一起,成立了黄岩官河龙舟队,在官河这片新基地上再次出发。

一周两练,一次1个多小时,熟悉的龙舟又“划”进了虞卫东的生活。“把大家组织起来训练,肯定是要多花费一点时间和精力,但家人都很支持,我也喜欢这种充实的感觉。”虞卫东说,尤其是看到团队里的每个人都全身心投入,风雨无阻,一起向前、一起出汗的样子,就觉得一切都值得。如今,黄岩官河龙舟队的队员已增至90余名。

为了提升队员们的水平,虞卫东和其他几个团队负责人自费聘请当地专业龙舟教练授课。专业化的训练也很快结出了成果,在去年省第四届体育大会龙舟赛上,首次代表台州市龙舟队参赛的官河龙舟女队获得了两银一铜的好成绩。“当时比赛现场的主持人说,我们是黑马。”虞卫东知道,这是大家坚持训练的结果。

“我的朋友、家人,大多在我的带动下划过龙舟,我想让大家来体验体验龙舟的乐趣。”今年的端午节,团队举办的赛龙舟活动得到了当地市民的高度关注,尤其是吸引了一些孩子,这让虞卫东备受鼓舞。他说,龙舟是一项历史悠久的运动,蕴含我国传统文化魅力。希望更多人了解这项运动,让龙舟精神得以传承。