

一家杂货店 一对冠军夫妇

本报记者 陈素琴 文/摄



夫妻俩的杂货店



夫妻俩在店内锻炼



脚上负重做引体向上



挂满墙的荣誉证书



既是杂货铺,也是一个锻炼的地方。

在杭州市萧山区瓜沥镇殿下路上有一家不起眼的杂货店,而门口挂着的自制吊环非常醒目。很多人不知道的是,这家店的老板徐文斌曾开了一家杭州最早的健身房。时过境迁,他对健身的热爱依旧没有改变,还感染了全家人。“现在我儿子练得比我还好,2岁的孙女也特别爱运动,双杠悬空都能做到。”

33岁时,徐文斌结婚生子,忙着打理杂货店,健身虽然没有彻底搁置,但比赛却再也没有参加,直到53岁,在朋友的劝说下,徐文斌又开始参赛。“当时报了个比赛,一比就拿了个第四。”这个第四名就像一剂强心剂,“那以后我就像回到了年轻时,有时候能练到晚上12点多,一有机会就去报名参加比赛。”

今年,徐文斌六十多岁了,平常除了他和妻子徐雪蓉,儿子和儿媳也会跟着管理杂货店。“我们每天早上七点开门,晚上锻炼到十点左右,睡觉的时候差不多十二点了。”在徐文斌的影响下,徐雪蓉也跟着一起撸铁锻炼,到了周末也会出去比赛。今年50岁的徐雪蓉身高161厘米,体重保持在50公斤,目前为止,她参加了十多场比赛,拿了3个冠军。“我是2010年开始练的,刚开始练习拉吊环,我老公就托着我的脚一次次把我托上去,这么托了2个月,没想到,我自己也能做起来了。”徐雪蓉说,在丈夫的帮助下,她练习举杠铃、拉吊环,他俩拿的获奖证书和奖牌能铺满桌子。

在店里可以发现,除了两个吊环以及基本器械外,柜台后面的小角落里放满了各种自制的“土器械”。徐文斌介绍,“别看它们不起眼,都是30多岁的‘老伙伴’了,哑铃是从废品站收来的铁球,用铁棍焊接起来做成的;杠铃是从路边捡来的石板,一点点凿成圆形,中间凿出洞来做成的。”这些健身器材中,吊环是徐文斌的最爱,他展示了脚上负重引体向上、十字撑、倒立撑等十几种花样撑。

徐文斌透露,原本杂货店只有一小块地方供自己和爱人锻炼。从2022年5月开始,慕名而来的学员越来越多,他们就改动了位置,一半还是杂货铺以及钟表店,闲暇时间修修手表,一半则用来健身。“每到晚上,这儿会有很多学员。”会影响做生意吗?徐文斌说,影响是有一点点的,但没办法,就是热爱。“店会开到开不动为止,健身这个爱好也会坚持到练不动为止。”徐文斌说。



闲暇时间,徐文斌在修表。



2岁的孙女也特别爱运动,双杠悬空都能做到。



自制的土器械