

转行两个月拿下全国冠军 这支年轻的腰旗橄榄球队如何做到的?

腰旗橄榄球,在市民眼里属于熟悉的陌生运动,不像篮球、足球那样普遍且拥有众多粉丝。随着省市联办运动队落户温州,腰旗橄榄球与温州的亲密值将直线上升。在温州体育运动学校,这支代表浙江“南征北战”的腰旗橄榄球队,曾两次夺得全国锦标赛冠军,他们又是如何做到的?

匹配正式比赛节奏 训练一场接着一场

2月15日,最低气温只有5°C,训练场地上,身穿红色和白色队服的少年们正在为取得胜利的一分“死磕”:只见两名身着白色队服的运动员相向而来,一个眼神,队友就明白了意思。看似传球,实则是假动作,一下骗过了红方防守队员。红方防守队员发现自己盯错了人,等反应过来为时已晚。持球的白方队员已经跑远,把球扔给在红方场地的队友。“这个配合好!”“好球!”在场下观看的同学们纷纷点赞。

“孩子们正月初六就开始训练了,以前空手道都是在室内练,现在无论外面天多冷,即使下雨,也都要在室外训练。”温州体校腰旗橄榄球队主教练陶开群之前是空手道队主教练,孩子们跟着他一起“转型”,“前段时间还在放寒假,但我们早中晚都在训练,技术、体能、战术等全方位开练,特别是下午时段,训练一场接着一场,这是为了与正式的比赛节奏相匹配。”

这群腰旗橄榄球队的少年原先大多是练习空手道的,2023年,开始改练这个奥运会新增项目。“腰旗橄榄球规则相对简单,对阵双方以5人对5人的形式进行比赛,比赛分为上下两个半场,每半场20分钟,中间有短暂的休息时间。”陶开群介绍,赛场

宽30码(约27米),长70码(约64米)。腰旗橄榄球用腰旗代替擒抱,每名球员腰间两侧各挂一条旗子,防守方通过拉掉进攻方球员的旗子来阻止进攻。这样一来,身体接触就大大减少了,运动也更安全。

并肩作战感觉特好 剑指洛杉矶奥运会

赵恒博是该队的主力队员之一,曾获得省青少年空手道锦标赛季军,是空手道国家二级运动员。令他没想到的是,仅练了两个月,他所在的球队参加全国锦标赛就夺得了冠军。“我之前练空手道项目,属于个人项目,更多时候是要挑战自己。但腰旗橄榄球是集体项目,在我发挥失误时,队友就能补上,这种并肩作战的感觉特别好。”

陶开群说:“虽然空手道与腰旗橄榄球是两个完全不同的体育项目,但是此前空手道的高强度体能训练,给运动员打下坚实基础。所有运动都离不开体能和速度。我们的学生体魄强壮,而且协调性好,到了腰旗橄榄球项目能很快适应。“比如腰旗橄榄球的规则就是防守球员通过拔掉持球球员的腰旗来‘拦截’他,我们的运动员反应速度很快,身体也很灵敏,这样就避免自己被拔旗。”

虽然是半路出家,陶开群和教练团队们也一直在学习腰旗橄榄球的技巧和策略。2023年全国比赛前,还特邀上海资深教练员来指导训练。“在高水平教练的指导下,学生的技术水平迅速提升,不少人有望入选即将组建的省腰旗橄榄球队,个别高水平运动员已经参加了国家队集训,我们的目标是2028年洛杉矶奥运会。”陶开群说。

(通讯员 叶海鹏)

小选手和世界冠军打起了擂台

2月15日,五子棋世界冠军芦海来到嘉兴摆擂台赛,和孩子们进行了棋艺切磋。此外,他还受聘成为嘉兴市棋类运动协会五子棋专业委员会高级教练。

芦海表示,自己和嘉兴的缘分其实挺深。早在各类比赛中,他就认识了嘉兴不少五子棋运动员,并结下了深厚友谊。2019年,芦海受邀为嘉兴孩子在网络上开展小范围的五子棋公益分享。这几年,也一直都在网上开展五子棋的网络交流和分享。

活动现场,嘉兴有不少小选手来打擂台。根据规则,挑战者只有打过一擂、二擂,夺得胜利后,才有资格向芦海发起挑战。周陈立从小学二年级开始系统学习五子棋,曾获

得过世界五子棋青少年线上赛D组冠军。如今,已是北师大南湖附校初一学生。“听说芦老师过来,我想和他下一盘棋。”世界冠军对世界冠军,这一局被很多人关注到,他们也打了一个平局。还在读小学三年级的熊泽厚,平时很喜欢下棋。“围棋、五子棋、跳棋,我都喜欢琢磨,就是想来挑战一下!”

嘉兴棋类运动历史悠久,五子棋运动进校园活动也搞得热热闹闹,培养了一大批五子棋运动小能手。嘉兴市棋类运动协会副主席吴建强介绍,聘请芦海担任教练,也是想进一步提升嘉兴小运动员的专业水平,为浓厚嘉兴棋类运动氛围助力。

(通讯员 杨茜)

章重恒:黑白棋盘上星辰征途

日前,武义县年仅14岁的章重恒成功入选中国围棋国家队,成为武义历史上第一位进入国家围棋队的棋手。同时,她也是浙江年龄最小的国家围棋队队员。

“一路走来真的太不容易了,我到现在还跟做梦一样。”章重恒的爸爸章天云说,章重恒将前往中国围棋国家队训练营,开启全新的训练生活。“她8岁就把我带到了杭州,现在又把我带来了北京。”章天云为女儿感到自豪,也笑称自己是女儿的“粉丝”。

章重恒自幼对围棋展现出浓厚的兴趣和天赋,5岁就开启了围棋之路。经过多年

的刻苦训练和不懈努力,已获得20多个全国冠军,包括四年举办一次的全国智力运动会冠军。

自2023年7月19日成为职业棋手以来,章重恒在短短一年半的时间里,实现了考上中国女子围棋甲级联赛以及入选中国围棋国家队的两个跳跃。“当时为了兼顾学业和训练,学校专门给她腾出了一间办公室,作为平时训练用的棋室,还配了下棋用的电脑。”章天云对此一直记在心上。

这次入选国家队也让章重恒信心倍增。她表示,希望能不断提高自己的围棋水平,为国争光。(通讯员 应佳丽)



短讯

@金华

本报讯 2月11日,2025年第二届全国青少年校园足球邀请赛完赛。此次比赛为五人制,吸引了金华、杭州、温州、丽水、衢州、嘉兴等地市39家单位的78支代表队、1050名运动员参赛。

(通讯员 方憬)

@宁波鄞州

本报讯 2月14日,宁波市鄞

州职教中心的操场上十分热闹,“灵蛇出洞”“蛇形接力跑”,一场别开生面的蛇年主题体育游戏拉开新学期体育活动序幕。

(通讯员 王亚达)

@上虞

本报讯 日前,2025年全国象棋业余棋王赛浙江赛区绍兴上虞预选赛暨曹娥街道象棋分会会员赛在上虞区曹娥街道鸿雁社区上演,吸引了各年龄段的40多位选手参赛。其中,最小的才刚上小学。

(通讯员 成波)



耐力大挑战

2月17日,杭州市钱江外国语实验学校全面推行每日一节体育课制度,并推行“一绳一毽一游戏”计划,将走廊变身“运动廊”。图为同学们在进行平板支撑项目。

通讯员 李芷逸