

浙江·杭州

吴桂英：恰恰恰，跳进寻常百姓家

本报记者 陈素琴

体坛荣耀

目前,2026浙江省城市体育舞蹈联赛(浙DA)在全省范围内掀起热潮。作为今年浙江体育舞蹈领域最具影响力的群众性赛事之一,浙DA凭借专业的赛事组织、广泛的参与度和浓厚的全民健身氛围,点燃了全省舞蹈爱好者的运动热情。浙DA为何频频出圈?接下来又会有哪些亮眼表现?浙江省体育舞蹈协会主席吴桂英围绕浙江体育舞蹈发展现状、赛事品牌打造、群众推广及未来规划等话题进行了深入分享,解读体育舞蹈“飞入寻常百姓家”的浙江路径。

一支舞背后的“浙江速度”

今年4月26日,在北京群众体育大会赛场上,60多位国家级裁判在午休间隙即兴跳起了一段恰恰引爆网络。西装革履、领带飞扬,许文彪等裁判举手投足间那股“随便摸摸”的松弛感——不炫技、不紧绷,仿佛只是在自家客厅随性摇摆——让无数网友惊呼:原来拉丁舞也可以跳得这般轻松、这般优雅。

“这支舞并非凭空而来。”吴桂英坦言。早在2025年,中国体育舞蹈联合会便响应国家体育总局“服务全民健身”号召,将竞技型恰恰简化为群众健身项目,推出“舞蹈

强身恰恰恰,健康链接你我他”。她解释道:“这是国家精心设计的二级难度体育舞蹈,为老百姓量身定制。专业裁判用几十年的功底去演绎群众级别的动作,自然好看又动人。”

视频刷屏次日,吴桂英便带领协会团队反复研判:这支舞,能否成为浙江体育舞蹈走向大众的突破口?5月13日,省协会正式向全省各市、县协会及全体裁判教师发出通知——立即启动面向基层、面向零基础群众的公益培训。“说实话,当时我心里也没底。”吴桂英坦承,为此她做了一个决定:自己先学。“我必须亲身体验,这个项目对各年龄段人群的关节是否友好,能否真正起到强

身健体的作用。”

于是,每晚她都跟着许文彪的网课,从最基础的步伐啃起。“一开始手脚不协调,踩不准节拍,别提多狼狈了。”她笑着回忆,“但跟着跟着,身体就记住了,越跳越开心,越跳越觉得这条路走对了。”

三个月后,浙DA首站比赛在杭州打响。作为年度分站赛揭幕战,杭州站吸引了全省11个地市72支代表队、853名舞者参赛,参与146个大项、1785个小项的角逐。其中,“裁判舞”是本次比赛的一个正式竞赛大项,也是协会推广的群众健身版恰恰的别称——这一大项便吸引了21支队伍、199名舞者同台竞技。这组数据,正是浙江对“爆红之后怎么办”交出的硬核答卷。

把恰恰跳成明天的广播操

“我们绝不甘于只做一场表演。”谈及浙DA的未来,吴桂英语气坚定:“表演是一阵风,热闹过后就散了。我们要把它做成群众长期的健身习惯,像广播操、八段锦一样,日复一日地跳下去。”

在她的蓝图中,浙DA不是一场孤立的赛事,而是一座“阶梯”。根据中国体育舞蹈联合会颁布的难度等级标准,今年从二级难度起步,群众跳着跳着,技术自然水涨船高。“三个月找到体感,半年动作成型,一年可挑战四级,两年争取升至六级——它不是网红产物,它是一条看得见的成长路径。”

赛事版图也在迅速铺开。首站杭州落幕次日,后续通知便已发出,8月22日,第二站在宁波举行。8月30日,第三站在丽水举行,总决赛则是12月8日在舟山举行。

“这只是开始。”吴桂英透露,按照省体育局“从城市赛到乡村赛”的部署,未来浙DA还将持续下沉。“我们有几百个注册培训机构,可以派裁判教师走进农村、商场、公园,举办小规模区域性比赛,让老百姓在家门口就能看到、就能参与。”

浙DA未来分类将更细,如城管队、医护康复队、学生队……“各行各业都能组队。现在已有医院把恰恰作为康复项目,一些单位把它当成工间操,大家起身跳一跳。”吴桂英说。

当被问及“体育舞蹈能否做成马拉松那样的全民赛事”时,吴桂英笑了:“我觉得可以。需要的只是时间,和各方再多一些托举。”

吴桂英寄语所有体育舞蹈爱好者:“愿体育舞蹈行稳致远,惠及更广大人群。也愿更多人敢于从‘裁判舞’起步,跨进体育舞蹈的大门,展现大众的温情,绽放大众的风采。”

退休老人站上C位

浙DA赛场上,最让吴桂英动容的,是国家一级裁判们的选择。“原本担心让裁判带着群众跳低难度动作,会‘委屈’了他们的专业水准。”她说,“可他们就那样融入群众队伍,穿着同样的服装,跳着同样的步伐,笑得那么轻松,那么开心。”

裁判们不是来炫技的,而是

来领路的。他们用行动告诉每一位初学者:体育舞蹈的门槛,没那么高。对于刚入门的爱好者而言,能与裁判同场共舞,那份自信瞬间被点燃。

当丽水市遂昌队出场时,吴桂英眼眶红了。这支队伍里没有一位专业裁判,清一色是退休中老年人。站在最前面的,是65岁的遂昌县体育舞蹈协会会长,拉丁舞零基础。“他就是看着省协会下发的那段裁判舞视频自学,接到浙DA比赛通知后,组织了12位退休老人奔赴赛场。在21支队伍中,他们最终斩获季军。”吴桂英语气里满是敬意,“其实,跳得是否完美已不重要。重要

的是,他们能自信地站在五彩灯光下,跟着音乐跳完一整支舞——这就是体育舞蹈大众化最好的注脚。”

赛场上还有一群孩子。吴桂英说,她连续三年观看省青少年锦标赛,早已习惯孩子们“每个动作都精准到位”的专业范儿,但浙DA的孩子们不一样。“他们是来玩的,是来享受的。那种发自内心的欢乐劲,跳出了裁判别样的风采。”

在吴桂英看来,这正是浙DA与传统锦标赛最大的区别。“以前的比赛,是专业的人比专业的赛,老百姓进不了舞池。而浙DA,不论年龄、职业、有无基础,只要你敢跳,就能上来比。”

