

(上接 C03 版)

【一】

位于广西中南部的武鸣县,城南有灵水,是全国第三大恒温淡水湖,旁多层石,泉水从江底涌出,冬温夏凉,每年冬季全国游泳能手常集中于此进行冬训。

位于广西中南部的武鸣县,城南有灵水,是全国第三大恒温淡水湖,旁多层石,泉水从江底涌出,冬温夏凉,每年冬季全国游泳能手常集中于此进行冬训。这天然游泳池里充满着全国各地不知多少游泳健儿的美丽回忆,现在郑州市体育运动学校(以下简称郑州市体校)射击馆训练科工作的刘丽君便是其中一员。

如今已有48岁的刘丽君喜爱桥牌、网球、游泳。“桥牌是脑力活动,网球是体力活动,游泳是老本行不舍得丢。”因为热爱运动、文武兼修,刘丽君看起来远远要比实际年龄小。作为上世纪70年代初我省培养出来的游泳运动员,她曾在全国游泳锦标赛上拿到过第一名和第三名的好成绩。她创下的河南省游泳项目的女子仰泳、自游泳等8个项目的省纪录,并保持多年未被打破。

“这是我7年游泳运动生涯中最骄傲的事情了。”有些生不逢时的刘丽君感慨地说,她入选国家队的时候,我国体育的国际形势并不好。中国未能加入国际泳联,只有和“第三世界国家”搞一些友谊赛而已。

【二】

郑州当时还没有室内游泳池,根本就不具备常年训练条件。我们先在河南省体育馆进行了短期的陆地训练提升身体素质,随后便被带到了广西武鸣县游泳训练基地。

刘丽君出生于军人家庭,在热爱运动的父亲的影响下,她3岁便识水性。在她12岁时,部队上找到她的父母,让她代表部队参加全军区的游泳比赛,没有经过什么正式训练的刘丽君一举夺得第三名。从武汉载誉归来,已被开封市游泳队招收走的弟弟向教练推荐了姐姐。刘丽君良好的条件得到教练的青睐,很快便以开封代表队的身份来郑州参加了河南省体育馆举办的选拔赛。虽然只获得了第四名、第五名的成绩,但身体条件优秀的她被省队的教练一眼相中。军区和省队纷纷递过来橄榄枝,年仅13岁的刘丽君果断地选择了专业路线。从此,开始了她的运动生涯。

“郑州当时还没有室内游泳池,根本就不具备常年训练条件。我们先在河南省体育馆进行了短期的陆地训练提升身体素质,随后便被带到了广西武鸣县游泳训练基地。”刘丽君说,在武鸣县的那段经历,是她专业游泳训练的开端,也是她记忆中最快乐、最难忘时光。



水中的节奏

晚报记者 苏瑜 实习生 任中敏

【三】

因为广西阴湿,所以游泳衣第二天都干不了,早上穿游泳衣是件痛苦的事,哆哆嗦嗦地穿上就想赶紧往水里跳,可在水里一待,就是3个小时。

“那里的水又清又蓝,太美了!水是活水,泉眼很多,形成不同的水域,每块水域都两三亩那么大。”刘丽君说,这是她第一次过集体生活,第一次出远门,对一个孩子来说,这有多么兴奋!作为壮族的生活区,那里的风俗、人文都和中原不一样,虽然训练非常苦,但那颗年轻的心足以被新鲜的一切所充满。

“因为广西阴湿,所以游泳衣第二天都干不了,早上穿游泳衣是件痛苦的事,哆哆嗦嗦地穿上就想赶紧往水里跳,可在水里一待,就是3个小时,看谁游不动了,教练就拿着拖鞋说,‘拖鞋要过去了啊。’当这种方法也不见效时,教练就拿出了撒手锏,开始往水里撒饼干,游泳体力消耗大,早已饿得前心贴后心的我们便飞快地朝饼干游去。下课的时候,教练就带着我们去钓鱼,自制鱼枪,然后再来个火锅,自个儿做鱼吃。河里的水草可青了,我们就看着蓝蓝的天,钓鱼,吃水果,累并快乐着。”

1978年,刘丽君结束了国家队的运动生涯,考入北京体育大学,毕业后分配回郑州,成为郑州市体校的一名游泳教练,一干就是12年。其间,她向北京竞技体校、河南省游泳中心以及外省专业队输送了不少苗子队员。“现在的孩子真是赶上好年代了啊,从五六岁就可以接受到正规的启蒙训练。”刘丽君说。

【四】

据了解,自1972年郑州市体校开设游泳训练班以来,一直都非常重视基础启蒙教育。

2008年6月26日上午,塔湾路郑州市体校游泳馆,家长领着孩子正在陆续入馆。他们是来参加游泳中心举办的暑期“迎奥运,扫泳盲”活动的。

游泳中心主任位彩霞介绍,目前在郑州,普及游泳事业的公益性场所只有市体校游泳培训中心。这些年来,体校在普及游泳运动方面做了很多工作,从最初和有游泳池的单位联合开设社会游泳训练班,到后来开设幼儿班,以及和管城区教体局联合把公立小学的体育课开到游泳馆,再到为中专学校设立游泳选修课,这些都促进了游泳运动在郑州群众中的普及。

今年暑假,游泳中心又开设了“迎奥运,扫泳盲”活动。据了解,自1972年郑州市体校开设游泳训练班以来,一直都非常重视基础启蒙教育。



武鸣灵水一景

【五】

“最初的训练场地在郑州市体育场,与其说那是游泳池还不如说是澡堂子呢!”



“最初的训练场地在郑州市体育场,与其说那是游泳池还不如说是澡堂子呢!”位彩霞自嘲地笑了笑,“现在这个游泳馆是1997年年底建成并投入使用的,训练池南北长25米,东西宽21米,水深1.4米至1.8米,设有8个泳道。”

现任河南省游泳技术领导小组成员的甄怡教练说,郑州市曾经出过耿涛、刘瑜、文丽秀、邵文芳、陈曦等跳水、游泳运动健将,以及赛艇国际级运动健将杨海英。但从整体上来说,河南的竞技游泳是比较落后的。

“采取各种措施从基础抓起”是省游泳管理中心将游泳从弱项变强项的指导方针。竞技比赛和群众运动是金字塔的关系,前者是塔尖,后者是塔底,只有塔底的基础大,往上才更容易出尖子。这些年来,郑州市体校游泳中心一直在为扩大这个基数而努力。

“郑州市体校是体育后备人才库,担负着选拔苗子的重任,近年来,共向省队输送了王丹、贺倩(全运会第三名,现省队游泳教练)、李翔(全运会第六名,现省队游泳教练)、王大鹏(世界游泳锦标赛第四名,现在北京体育大学就读)等游泳健儿。”自1989年担任郑州市体校游泳教练的甄怡说。

对于河南人来说,王丹就是一个水上童话的缔造者。2006年12月3日,王丹在多哈亚运会上与队友联袂夺得女子游泳4x100米自由泳接力金牌,这不仅是我省运动员在本届亚运会上的首枚金牌,同时也是半个多世纪以来我省第一个在游泳国际重大赛事中问鼎桂冠的河南人。

任重道远,曙光已现。

快速试除灰指甲

灰指甲为指甲变形、变色,易碎易传染,全国畅销“健甲宝”,采用清、透、净三步疗法,一个月可长出新甲。到建口宝斋,一袋钱即可体验宝斋的maniproist除灰指甲一次。
中原路菜厂路口向西200米路北(69371418)
东明路纬二路口西南角 (62268072)

中国服务业协会常务级单位

星宇 67422222
63333331
67538080
63600086
63361111
65953118
拨114转接星宇搬家

大顺 65651818
66666565
61322222
66722222
66668877
66669977
61655555

大众搬家 60999999
管城 66835700 二 68885959
城 66250116 七 67625577
区 66353118 区 68281111
中 67533118 金 63818118
原 60978696 水 63836633
区 66316118 区 63943188
鑫 66316118
鑫 65752118 114查询直转大众搬家
专业拆装 空调家具 免费客服电话:8008836566

67333333 天顺 66667771

嘉 66665500 66665511
专业搬钢琴.拆装家具.拆装空调.长短途货运24小时服务

空房保洁 65238888
68885333
666378222
65736333

利 63939450
63929250
66314999
专业搬钢琴

军工 各区 10线
67420111
66666662
65999999

吉利 66666212
66666448
66666216
66666010
六公司 三人专业搬钢琴

惠民 66222358
65222999
网址: zzhbj.com.cn

如意 65011111 三人专业搬钢琴
66666660 移修空调
68888887 拆专长
装业业
家保货
具洁运

金永 60101199
二七 66238066
69110952

平安 67668981
66833811
各区总机 69110953
免费客服电话: 8008836093

微钢琴.大件.厂.院校搬迁

利民 68888888
67111111
66666611
63929333
66836587

06年度荣获河南省“百姓信赖诚信企业”

吉祥搬家 63388888
63688888
65788888
热线: 63831383 67999999
65558888 66310000 66338704
66200777 66665666 66697777
67273888 63957777 63777777
63730222 65591666 63620000
114转吉祥搬家
网址: www.jxbj.com 118114转吉祥搬家