



“要把祖国的尊严和荣誉当做比生命还重要的事情。”9月17日,在中原工学院举行的表彰为中国、河南和学校赢得荣誉的15名奥运志愿者仪式中,志愿者之一的刘晓晨接受晚报记者专访时说,这句话是她们15名女生在6月3日离校赴京时立下的誓言。经历了一轮轮残酷的淘汰和艰苦的训练后,两个奥运会上都闪现着她们作为引导员的身影。

“到9月11日回邦,我们在北京整整待了100天。经历的苦和累超过了想象,但不后悔。”随着采访的深入,她们所展现出的当代大学生的青春风采也在酸、甜、苦、辣的100天中慢慢还原出来。  
晚报记者 唐善普

## 服务奥运 100天的辛苦很值得

### 中原工学院15名奥运志愿者:我们对得起这次机会

#### 这一次 我们很坚强

“在经过了北京奥组委开(闭)幕式导演组的初审录像、测体、面试等考核后,我们中原工学院的15名女生脱颖而出,被选为赴北京的志愿者选手,开始了艰苦的集训。”谈起自己的学生,中原工学院党委副书记刘志刚一脸的自豪。在经过一轮又一轮不断对来自全国的400多名选手淘汰,这15人中有9人成为参赛代表团引导员,4人为VIP引导员,2人作为与现场观众互动人员。“100%的入选率。”

“100%”这个数字于我们也许是枯燥的,但对15名双十年华的女大学生而言,却是超乎想象的在训练中100倍的努力付出和坚韧的耐力。

“开始是两星期军训。”刘晓晨告诉记者,她们每天都是早上5点半起床,先跑2公里山路,接着站7小时军姿,一天下来累得连洗澡的力气都没了。但她不敢有丝毫松懈。“过几天公布一次落选名单,也许下一个就是自

己。”段雯雯说现在回想起来还有些后怕,怕被淘汰。于是这15名远离家乡和亲人的女孩互相鼓励:再苦再累也要争取留下来。

为表现亲和的微笑,在镜子前练一个笑容就保持3小时,笑到最后嘴僵了,眼泪也掉了下来。参赛代表队引导员的举牌看似简单,可重达3.5公斤的牌子要标准举牌几小时。刘晓晨说,开幕式上她举着牌子站了3小时40分。

15名不肯屈服的“80后”女生,在训练中几乎都晕倒过,“特苦,看到身边的不时晕倒,我硬是流泪坚持着。”段雯雯晕倒两次,刘晓晨一次……“人不能动,在小树林旁练军姿,蚊子叮得人满身是包。为了留下来,我胳膊上得了湿疹也只好忍着,怕影响训练被淘汰。”因为治疗不及时,段雯雯的胳膊上湿疹留下的疤痕依稀可见。“杨清在第二次彩排时得了阑尾炎,硬是强忍一个多小时,脸都白了,怕因病被淘汰,就向老师撒谎配眼镜去看病开药,背着别人到医务室打针时还不告诉实情。现在想着就

后怕。”

“我们对得起这次机会。”“坚强有韧性。”“没给河南人丢脸。”15名女孩子灿烂的笑容再次为自己北京之行的100天做了完美的注释。

#### 那一刻 我们很自豪

李亚楠说,当最终名单在8月7日上午确定后,她们一片欢跃。“开幕式上204名引导员是从400多名入围选手中选出,隔几天淘汰一次,压力很大,夜里经常睡不着。苦和累算不了什么,在开幕式上我们走进场地的那一刻,全世界都在注视我们,心中只有激动和自豪。”

“当中国运动员入场时,他们向我们招手、微笑,我看到有的运动员哭了,有的把拳头握得很紧。我相信,那一刻每个中国人的心都贴得很紧。泪水不知什么时候流下来,一个队员冲我笑着说,哭什么,别哭。我哽咽着说‘加油啊’,他坚定地点点头……”刘晓晨在北京之行的日记中记录了这样的场景。

在17日的汇报发言中,段雯雯这样回忆那逝去的100天:“生活的不适应、体能的透支、对家的思念,丝毫没有影响我们。训练中,瘦弱的手臂无法支撑牌子的重量,我们咬牙坚持;数小时的站姿,从腿部抽筋到微笑着流着泪,我们没有气馁。随着开幕式的临近,彩排频繁,不管凌晨3点休息还是凌晨3点起床,疲惫加上身体的不适,我们15个姐妹没有一人有放弃的想法。我们懂得,我们所代表的不仅仅是自己,有学校的荣誉,有家人的期望,有一份大学生的责任。我们坚持了下来,成为一名合格的志愿者,我们很自豪。这100天的经历将是我们人生中最宝贵的财富。”

这次经历让15名女孩子成长了不少,她们表现出来的当代大学生吃苦、拼搏、坚韧和执著的精神也同样给同龄人上了深刻的一课。“想有所作为就要吃得苦中苦。”一名大二学生告诉记者,“学姐们的经历和作为对我今后的人生很有帮助。”

## 魅力女生是这样练成的

### 郑州晚报首届中原高校女生风采大赛培训侧记



上周六

一大早,住在卫生路

和同乐路口附近的居民很惊讶,这个丁字路口来了一拨又一拨美女。上前一打听,原来是“郑州晚报首届女大学生风采大赛”学生培训来了。据了解,这100名女大学生在此接受郑州市模特协会专业老师为期两天的培训。

#### 100名女生免费接受培训

“百名校花写中原美景”自6月下旬启动以来,得到了社会各界和大中专院校师生的热切关注。随着活动关注度和影响力扩大,“首届中原高校女生风采大赛”海选也拉开帷幕。本次接受培训的100名女生,就是从这次海选中脱颖而出的。组委会将邀请艺术界专业人士为这些参选女生传授专业知识,将外表美升华为内在美,以迎接10天后举行的“郑州晚报首届女大学生风采大赛”。

#### 50多岁的母老师全程指导

担当此次模特培训的是花羽艺术团50多岁的母凡老师,练站姿、学转身、变队形,母老师一遍一遍地示范,一遍一遍地领走,同学们一遍一遍地跟学。在近100平方米的排练大厅里,母老师带着大家从这头走到那头,又从那头走到这头。尽管有的同学脚被磨得疼痛难忍,有的同学借来的高跟鞋穿着不很合脚,但看到50多岁母老师的那股认真劲儿,没有一个人叫累,都坚持了下来。

两天时间,100名同学接受了母凡老师的

全程指导。“坐时大家要学会收紧腹部,挺起后腰。站时要站成丁字步,腰要拔起来,眼睛平视前方,面带微笑。走时大家千万要记住,不要让胳膊乱‘画’,要学会用上臂带动下臂。同时还要学会用腰肌的力量带动胯,用胯带动大腿。一定要记住,时刻要有让自己的身体拉紧再拉紧的感觉。”类似的话母老师在练习中不知说了多少遍,“无论你走步还是站台,脖子都不要乱动。我们现在学的是舞台模台而不是平面模台,平面模台需要摆造型,而舞台模台则需要一种‘定’性。”一个“定”字,让女生从中悟出了很多。

#### 半天时间 学生仿佛变了个人

周六下午,记者一见到母老师,正指导同学们练队形的母老师高兴地说:“今天下午孩子们仿佛都变了个人,一个个看着颇为自信,走起台步脚下也没有拖泥带水的感觉,从内到外都散发着阳光、朝气、青春逼人的气息。”相信经过此番苦练,10天后的大赛舞台定将有助于她们把最美丽、最自信、最具风采的一面展示出来。  
晚报记者 刘书芝

#### 相关阅读

##### 继续接受报名

目前大赛组委会继续接受报名:你可以带上你的简历和个人资料到郑州晚报经营中心综合部直接报名;也可在网上下载表格投至大赛邮箱报名,网站地址:www.ygxy.com.cn,报名邮箱:zylyxh2008@126.com。

接下来,您的足迹将踏遍中原的山山水水,您的身影将定格在一个个美丽瞬间,您的美丽也许将成为某景区的形象代言,您将有可能得到丰厚的奖品及企业赞助的奖学金。了解本次大赛已经举办的相关活动可登录www.ygxy.com.cn,并可参与为大赛选手投票的活动,赢取纪念品。

##### 报名条件

**参赛对象:**省内高校女生(包括各类研究生、本科生和专科生,不限系别)。

**参赛条件:**心理健康,品德良好;五官端正,体态优美;历史文化修养良好;性格独立;具有审美品位,追求生活品质。

**参与原则:**诚实守信,认真敬业。  
(本次活动不占用参赛学生的法定上课时间。不向参赛学生收取任何费用。)

##### 活动诚信

合作景区、合作旅游企业、专业策划培训机构、服装提供商、车队赞助商、摄影美术合作者、化妆品赞助商

活动咨询电话:67655022、67655031

活动合作热线:13592586925

活动支持:金鑫珠宝城、丽致龙摄影机构、河南省明视达眼镜有限公司、50fen.com乐活网、阳光校园网……(继续招募中)

特别感谢时尚摄影工作室提供摄影支持

看《第一校园》  
赢景区门票

郑州黄河风景名胜区  
黄河国家地质博物馆

想知道地球的生命演变过程吗?想了解黄河、黄土高原的形成历程和演变过程吗?那么请到郑州黄河风景名胜区来,来参观黄河国家地质博物馆。

黄河国家地质博物馆位于郑州黄河风景名胜区五龙峰山脚下,总建筑面积5000多平方米,它以窑洞为主体进行建造,在全国尚属首次。博物馆分序厅、地球厅、黄土厅、黄淮文化厅、黄河厅、黄河民俗厅六个展区,通过高科技互动手段、大型沙盘、多媒体等向游客生动展示地球的生命演变,黄河、黄土高原、黄淮平原的形成历程和演变过程,直观展示黄河第四纪(0.034-0.0001亿年)地层剖面景观。

9月29日,郑州黄河国家地质公园开园仪式将在郑州黄河风景名胜区隆重举行,黄河国家地质博物馆将揭开神秘面纱,游客可免费参观。

探寻地球知识奥秘,体验激情黄河之旅,请到郑州黄河风景名胜区。

旅游热线:68222228

乘车线路:郑州火车站(郑州大酒店门前)、南阳路沿线乘16路公交车直达景区

河医医学院桥下乘公交1号游线直达景区66975151

http://www.hhtravel.com