

岳父是1984年国庆阅兵军旗手,今年他担重任 朱振华第一个接受检阅

旗杆挂水壶练臂力,六级大风都不会影响步幅 每天上千次的练习,钛合金旗杆都被他握变形

天安门城楼前东西华表间距96米,踏着军乐的节奏,按照每分钟116步、每步75厘米的标准步幅,需要用时1分零6秒,迈出正步128步……在沙河阅兵村内宽阔的机场跑道上,形单影只的朱振华,一遍遍将军旗举过头顶,一步步丈量过去——这些冰冷的数字,在他铿锵有力的脚步声里,一个个变得鲜活生动起来。在新中国成立60周年国庆大阅兵中,朱振华将担任三军仪仗队军旗手,与两位护旗手并肩走在所有阅兵队伍的前列,第一个通过天安门,接受党和国家领导人的检阅。



今日看点

左图:国庆35周年阅兵中,程志强(左二)担负军旗手重任。
 右图:国庆60周年阅兵中,其女婿朱振华担任军旗手(中)。

【保持体形】 俩月减掉30斤

去年12月,31岁的三军仪仗队中队长朱振华,依靠400余次执行仪仗司礼任务没有一次差错的过硬素质,在近乎苛刻的几十项考核中过关斩将,成为新中国成立60周年大阅兵的军旗手。

“队列是有灵魂的,正步是有生命的。作为仪仗兵,走好队列就是干好事业,学好正步就是走好人生。”这是初进阅兵村的朱振华在一篇题为《正步人生》的散文中写下的一段话,更是他参阅的铮铮誓言。

为了使动作更加稳健、优雅,作为旗手保持体形是重要一环。

入村伊始,朱振华就按照标准身材下限进行减肥,“动作提上去、体重降下来”成了他的目标。

他让人家把减肥茶寄到村里,坚持每顿饭量减半。一天几十公里的训练量下来,实在饿急了,他就到炊事班找来黄瓜、西红柿等蔬菜大吃一顿。两个月下来,1.88米的他,成功地降了190多斤的体重减到了160斤。

【增强臂力】 旗杆上挂水壶

朱振华手中的“八一”军旗,钛合金的旗杆重达5公斤,高3.3米,直径3厘米,加上旗帜和风的张力,整个重量在20公斤上下。

对于军旗手来说,不管风力大小、风向如何变化,都必须始终做到军姿绝对标准,步幅绝对准确,步速绝对均匀,走向绝对笔直。

为了练好基本功,增强臂力和军旗的稳定性,朱振华经常要在旗杆的上部挂上水壶,并在水壶里不断地加水,半壶、一壶、两壶、三壶……直到动作完全定型。

每次遇到刮大风,其他队员被请回了宿舍,他却带着两位护旗手,盯在训练场,举旗迎风行进。

每天上千次的练习举旗、劈旗动作,几个月下来,朱振华握旗杆的右胳膊比左胳膊粗了一圈,好几面旗子居然都被摔烂了角,就连高强度的钛合金旗杆都被他握得变了形。

为了练出踢腿功,朱振华在小腿上绑上沙袋,在皮靴上钉上两层鞋底,还要再钉上8个大号鞋掌。每天擎着训练用旗,走上10多公里的正步,他的皮靴里都能倒出汗水来,短短几个月,硬是练坏了好几双皮靴。

功夫不负有心人,朱振华的步幅变得越来越标准,精确到了以秒和厘米来计算,就连五六级的大风天都不会受影响。

【规范动作】 自制“摆头角度尺”

摆头一直是阅兵式的难点,如何达到标准的45度,是仪仗训练的“挠头事”。身兼仪仗队总教练的朱振华,带着3个示范兵,把整个动作进行逐步分解,细化标准。最后,用什么样的器材检验成了“拦路虎”。指北针、圆规、卡尺、卷尺等器材试了个遍,也达不到理想效果。

一天晚上看电视,新闻里播放的是各地教育部门给中小学生减负。朱振华突然从座位上

跳了起来,两眼直勾勾地盯着电视,目光定格在一个小学生手中的量角器上。

第二天训练,大家欣喜地发现,朱振华手里多了一个“T”形带量角器的奇特器械,朱振华为其取名为“摆头角度尺”,这个自创的器材一下子解决了摆头角度难规范的老大难问题。

【“父子”兵】 14次国庆阅兵中的特例

朱振华还有一个小秘密,那就是他的岳父程志强不仅是三军仪仗队的原大队长,有“天下第一兵”的美誉,还曾在国庆35周年阅兵中担任过同样的使命。

那一次,三军仪仗队179人组成军旗方队,138人担负标兵任务。

当时,29岁的三军仪仗队队长程志强,将火红的“八一”军旗高擎在手中,正步走过天安门广场。

时光滚滚向前,时针指向2009年,朱振华接过了岳父手中的军旗。

翁婿俩一位是国庆35周年阅兵的军旗手,一位是今年国庆首都阅兵三军仪仗队军旗手,这种机缘巧合,在新中国成立以来14次国庆大阅兵的盛典中,也仅有这一次。

朱振华透露,如今,在训练的过程中,他的岳父还经常现场给他讲解举旗的要领,传授他踢腿着地的“寸劲”,以及“擎旗顺风不快、逆风不慢,踢正步出脚带风、落地砸坑”的“秘笈”等。

据《北京晚报》

走进阅兵村

首次迎来 女歼击机飞行员

国庆大阅兵当天,中国空军首批歼击机女飞行员将驾机掠过天安门上空,这是天安门上空首次迎来驾驶歼击机的女飞行员。

以空军航空兵部队为主组成的庞大受阅机群,将沿长安街方向飞过天安门广场。

这次参阅的机型、数量和编队类型都大大超过10年前的标准。空军大批精英部队悉数出动,这次参阅的机型全部为我国国产新型装备,几乎囊括了正服役的所有国产主力战斗机。

据介绍,在空中编队飞行对飞行员要求非常高,飞机必须在预定时刻、预定高度通过天安门,误差为零秒。飞机以每秒数百米的速度在空中穿行,哪怕误差只有0.1秒,飞机之间都会偏出几十米的距离,编队就不能成型。

为保证此次受阅飞行的顺利完成,参加受阅的都是航空兵中战功赫赫的英雄部队,包括空军唯一一支参加了历次国庆阅兵的英雄部队——航空兵某师。

联合军乐团

群众游行时 将演奏《我和你》

据新中国成立60周年国庆首都阅兵和群众游行联合军乐团团长兼总指挥于海介绍,在国庆当天,联合军乐团将在2个小时的时间内,不间断地演奏19首阅兵乐曲和24首(次)群众游行乐曲。

联合军乐团由1500人组成,届时,国旗班要按照军乐团演奏国歌每分钟96拍的节奏完成升旗,阅兵分列式和群众游行方队要按照军乐团演奏的每分钟116拍完成受阅。

此外,由北京各大院校学生组成的2500人的合唱队和200人的民族打击乐团,将与联合军乐团一起完成群众游行音乐的演奏演唱任务,在天安门广场上共同完成这场世界上规模最大的“广场音乐会”。

群众游行时乐曲以慢板的《红旗颂》开场,在《东方红》、《春天的故事》、《走进新时代》等音乐中,还将加入四代领导人的原音回放。在群众游行音乐中,还加入了具有鲜明时代特点的北京奥运会主题曲《我和你》。

安保措施

7省区市 实行夜间武装巡逻

8日召开的全国公安机关加强社会面管控工作电视电话会议要求,北京及周边6省区市公安机关,要从9月15日起组织大中城市公安民警与武警联合实行夜间武装巡逻,其他地方公安机关也要根据实际与武警实行联动联防。综合新华社、《法制晚报》等

河南协和医院 / 省、市医保、新农合定点医院
 HENAN GONGGONGYI HOSPITAL

重点科目: 耳鼻咽喉科

咨询电话: 0371-6736 3355
 地址: 郑州市伊河路42号 乘车路线: 从火车站乘坐201路到伊河路桐柏路站下车即到

郑州同仁眼科医院
 ZHENGZHOU TONGREN OPHTHALMOLOGY HOSPITAL

诊疗项目

眼底病 糖尿病眼底并发症 准分子激光
 白内障 青光眼 斜弱视 角膜病 眼外伤
 眼肿瘤 中医眼科 医学配镜 内科门诊等

省医保、市医保、新农合定点医院

24小时
 爱眼热线 0371-66661120 地址: 郑州市陇海中路91号(京广汽车站对面)