



体重最重的大力士(152公斤)



最会翻轮胎的大力士



最有劲的大力士

风靡欧美的大力士比赛来到郑州,市民一饱眼福
最猛最炫的塔沟学员夺总冠军,45秒拉15吨卡车走20米

大力士哪来的神力? 看看人家的食谱

每天吃10斤牛肉20个鸡蛋,一半要生吃,还要吃大量水果

95公斤的重物你提过没? 两手各提95公斤的重物呢,你能行走自如甚至健步如飞吗?

350公斤重的轮胎“零距离”接触过没? 用手滚着走还行,你能将它翻个身吗?

15吨重的大卡车,给你一根结实的绳索,你能拉动这个庞然大物吗?

刚才的这些,是不是听起来就令人咋舌呢? 上周六、周日,在郑州举行的全国大力士精英赛中,来自北京、河北、内蒙古等地的大力士们一展身手,让绿城市民饱了眼福。

晚报记者 秦明伟 牛志强/文 白韬/图



拉汽车比赛,龙武展现出冠军的实力。

大力士来了·主角

光膀·咆哮·绕场飞奔·大秀肌肉
冠军龙武最炫,也最会秀

2009年全国大力士精英赛于9月19日至20日在郑州举行,来自全国各地的30名大力士一决高下,决赛为翻轮胎、提重物、拉汽车等3项。令人惋惜的是,30名选手中没有一名河南选手。

在昨日的大力士决赛场上,来自大连的李德全两手各提95公斤的重物健步如飞,用7秒83的时间走完规定的20米路程,笑傲群雄;来自湖南的罗还东在1分30秒时间里将重达350公斤的巨型轮胎翻转了6次,成为翻转轮胎次数最多的大力士;来自北京的龙武更是厉害,他不仅用45秒10的最短时间拉动15吨重的汽车行走20米,还凭借着在整个比赛的优异表现获得了总冠军。

大力士运动发源于欧美,是一项集健身、

竞技、娱乐、观赏性于一体的比赛项目。在这两天的比赛中,最后获得冠军的龙武把娱乐性和观赏性体现得最为充分。

光膀、咆哮、绕场飞奔、大秀肌肉,龙武博得了现场观众的阵阵掌声。比赛结束后,很多观众冒雨围着他合影留念。通过短短两天的比赛,够炫也会秀的龙武有了大量“粉丝”。

据了解,龙武和河南有着不解之缘。在担任武警云南总队散打队教官期间,他曾多次到设在登封的塔沟武校“深造”。“当时每年都来塔沟武校,一来就是两三个月,洛阳和开封我也都待过。这次来郑州参赛,非常亲切,我和河南很有缘分。”龙武说。

大力士来了·互动

穿衬衫西裤不耽搁咱提重物
观众中同样藏龙卧虎

这次全国大力士精英赛在中环百货广场前举办,在围观的市民中同样是藏龙卧虎。

在19日上午的提重物预赛期间,一位从北京到河南出差的陈先生看了大力士们的精彩表演后跃跃欲试,虽然是衬衫西裤皮鞋一身正装,但他还是一展身手。左右两手各提着95公斤的重物,他居然一口气走了十来米。放下重物短暂喘口气后,他又硬撑着走完20米,观众和参赛的大力士们都为他鼓掌。出场后,陈先生向记者透露,

他是河南人,来自信阳商城,在北京工作。今年40岁的陈先生意犹未尽地说:“要是借一条选手们的宽腰带束上,我的成绩肯定更好。我怕用力太狠把皮带撑断了,毕竟有那么多人看着。”

昨日上午的决赛环节,来自甘肃和广西的两位现场观众也在提重物环节有相当抢眼的表现。那位广西参与者,看上去比较清瘦,但也能两手各提95公斤的重物走起来。看来,民间也有不少高手啊。



龙武
食谱

每天吃10斤牛肉
20个鸡蛋
其中5斤牛肉绞馅生吃
10个鸡蛋生吃
吃大量水果

大力士来了·食谱

大力士也是大胃王
每月买牛肉就得1万多元

本次参赛的30名大力士,体重最轻的80公斤,最重的达152公斤,他们“壮观”的胸大肌和“雄伟”的臂膀无不令现场观众叹服。大力士身上蕴藏的巨大能量从何而来呢?除了平时坚持健身锻炼之外,饮食也是极其重要的环节。据了解,参加大力士比赛的多数选手都有着不俗的食量。这次获得全国大力士精英赛冠军的龙武向记者透露,他每天要吃10斤牛肉、20个鸡蛋,再吃不少水果补充粗纤维。

值得一提的是,龙武每天吃的10斤牛肉中,有5斤是生牛肉,就是把成块的生牛肉绞成馅,直接吃下去。20个鸡蛋看上去不算多,但要天天吃,也够枯燥的。而且这20个鸡蛋中,也有一半是生鸡蛋直接下肚。据龙武讲,吃生东西可以让肌肉更有力量。龙武介绍道,他每天吃的牛肉都是精选的上好牛肉,算下来的话他一个月光在吃牛肉一项上的花费就有1万多元人民币。

牛肉和羊肉是不少大力士的最爱。来自内蒙古锡林郭勒盟的一位选手半开玩笑地说道,粗略统计,他一年要吃掉一两头牛和好几只羊。



现场市民也来试提这95公斤的重物件