

2013年5月31日 星期五 第2547号 第1版 第10000号

96678

郑州晚报热线群: 27255753

www.izzwb.com

上新浪打开郑州晚报官方微博

打电话有稿费

“千顷水面琉璃滑，百艘龙舟竞争先。”这一赛龙舟的壮丽场面，郑州市民下月11日将在郑东新区见到。

百艘龙舟里，有一支是金水巡防龙舟队。参赛队员全部是丰产路巡防队员。这支队伍现在已经是我省龙舟队男子组里的NO.1。

郑州晚报记者 冉小平/文 周甬/图

郑州巡防队里有一支龙舟队 咱河南男子组里实力最强的 NO.1 是怎样炼成的?



龙舟上，鼓手就是总指挥，队员根据鼓点节奏保持同时发力划桨。

拴住年轻人，少让他们打牌上网
创建龙舟队是丰产路巡防队长宋健松想到的。宋健松下班后有锻炼身体的习惯。

2009年端午节前后，他跑步到郑东新区昆丽河边，看到有人划龙舟，他看着来了兴致。

“巡防队也可组建一支。”宋健松说，巡防队员多是城中村年轻人，下班后打牌、上网，大家兴趣不一，队伍显得零零散散的，没有向心力。

当时，昆丽河上刚刚兴起划龙舟，他与岸边一名比画着的男子说这个情况。对方很支持，愿意给他们免费提供设备、器材训练。

他叫宋忠波，釜山亚运会皮划艇比赛的冠军，河南省一帆水上运动俱乐部总教练。

惊慌中有人站起来，龙舟翻了

说干就干。当时丰产路巡防队有140多人，自愿报名，宋健松再筛选，30多名队员组建了龙舟队。

下班后，队员们到昆丽河边报到，在宋忠波的指导下训练。宋健松说，当时有些人就是凑热闹，觉得好玩，还有好几名是旱鸭子，不会水。

宋忠波先让他们在地面上练，每人拿一支桨，排成两列，教练喊“一”，桨举起，喊“二”，桨落下。

就这样摸索了一两天，队员们热情很高，盼望着试水。第一次下水时，前面坐着一个鼓手。“咚咚咚”，20多名队员便弯腰、举桨、划水。

“元老”队员姚文中说，龙舟在水里面是漂着的，大家坐姿不一，用力动作不一，龙舟东扭西扭走不动。

有的队员不习惯在水里的环境，感觉晕晕的，惊慌中突然站了起来，龙舟失去平衡，好些人落水，龙舟翻了。

幸好俱乐部有要求，凡是上船，不管会不会水，都得穿救生衣。龙舟翻了，人倒没事。

上岸后，宋忠波又让大家练习划桨。这样练习了三四天，队员们再下水。

经过两三次试水，队员们也熟悉了水上环境。

代表我省出征中国龙舟公开赛

渐渐地，队员们明白了，鼓者是灵魂，舵手是核心。鼓手击鼓的频率以及舵手对龙舟方向的掌握，至关重要。

“这项活动关键是团结合作。”队员常建伟说，龙舟队实力强弱，很大程度上取决于大家的配合好坏。

常建伟介绍，比赛前一个月集训，只要听到鼓声，大伙一下子就兴奋起来，像变了个人。

2009年，这支队伍经过一个月集训，当年就参加河南省端午龙舟挑战赛，当时省内约有20支队伍参加，他们拿到了男子组500米第五名和男子组250米第六名。

短短5年时间，这支龙舟队由当初的业余队成长为我省男子组里的“领头羊”。

下月10日，由国家体育总局社会体育指导中心和中国龙舟协会等单位主办的2013年中国龙舟公开赛将在上海举行。金水巡防龙舟队将代表我省参加，之后连夜赶回，参加在郑东新区举办的第二届中华轩辕龙舟赛。

宋健松说，这是巡防龙舟队第一次出省参加比赛，他们将全力拼搏，争取拿个好名次。

近期，金水巡防龙舟队不论高温还是下大雨，他们都坚持训练。每天训练两个小时，另外早上加强了体能训练。

这支队伍也是郑州市唯一一支坚持了5年的龙舟男子队。目前有30人左右，年龄最小的22岁，最大的48岁。

宋忠波说，在全省比赛中，这支队伍是本土龙舟队里的NO.1，先后获得了多项荣誉。

线索提供 李四信(稿费50元)

 一线联盟 First Union	 OPPEIN 欧派 整体橱柜	 生活家·巴洛克地板 ELEGANT LIVING BAROQUE FLOORING	 ARROW 箭牌卫浴·瓷砖	 慕思寝具	 RED APPLE 红苹果
 赖氏家具 LAISHI FURNITURE 实木家 养生活	 MTMT 梦天木门	 HEZN 赫兰 厨卫集成顶专家	 蒙娜丽莎 MONALISA 瓷砖·薄瓷板·瓷艺	 Holy 华丽灯饰 一站式灯饰体验馆	 索菲亚®衣柜 定制衣柜，就是索菲亚

11个品类的一线品牌 0元价格的建材家居 惊心动魄的金条大奖

买建材 选家具

只等

6月22日

相约中原国际博览中心

地址：郑汴路与未来路交叉口东北角

0元置家

绝杀全城

百件建材家居 0元置家

箭牌大顶喷全铜淋浴器0元、欧派水池0元、蒙娜丽莎80×80大地砖瓷砖10平米0元、生活家手工仿实木地板12平米0元、慕思床垫0元、红苹果1.5×2米大床0元、梦天木门0元、华丽客厅落地灯0元、赫兰4平米吊顶0元、索菲亚鞋柜0元、赖氏餐椅0元
 购买详情详见签售手册内页各品牌信息。

工厂直通价签售手册火爆预售中..... 送票热线：55198089