

## 体育

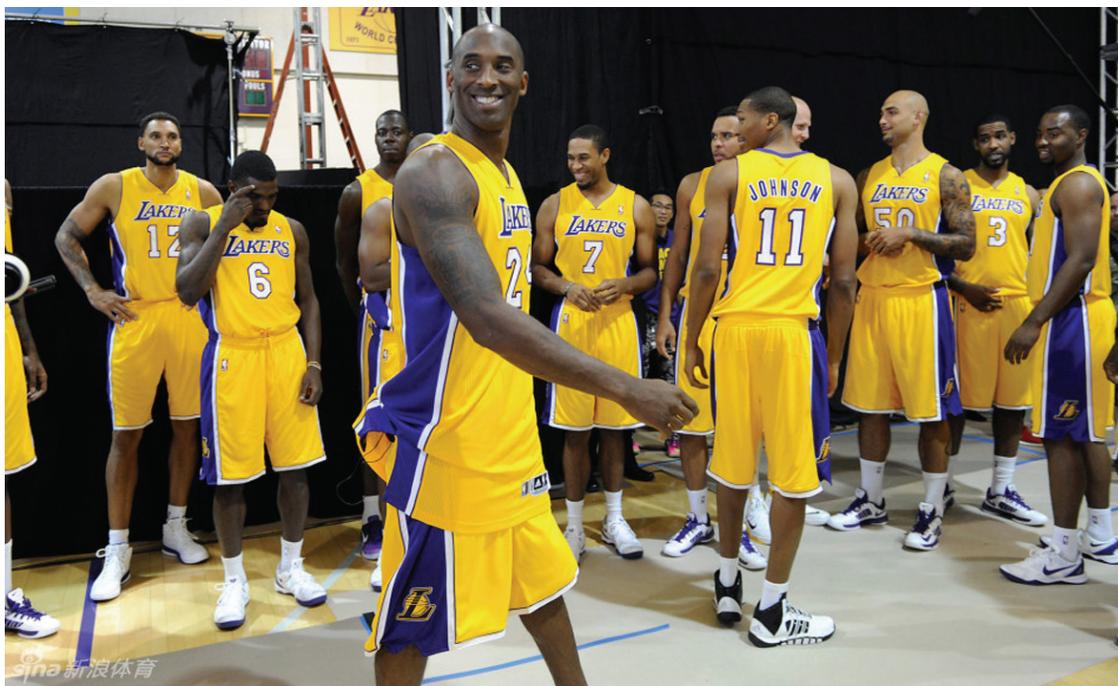


FunTalk  
乐语通讯

# 乐语通讯 手机0元送黄金

详询:66388888  
0371-

限机型



自今年4月跟腱受伤以来,“飞侠”科比终于又穿上金色的湖人球衣出现在大家面前。

## 男子马拉松 世界纪录被打破

在2013年柏林马拉松赛上,肯尼亚选手威尔逊·基普桑以2小时3分23秒将男子马拉松世界纪录缩短了15秒。原纪录是肯尼亚选手马考在两年前的柏林马拉松上创造的。

31岁的基普桑在赛前就已经将参赛目标放在了打破世界纪录上。得益于肯尼亚强大的中长跑集团军,基普桑与约40名精英选手一同训练准备本次比赛,他在训练中就已经跑出了2小时3分32秒的破世界纪录成绩。 木木

## 中网李娜首秀状态火热 连赢十局横扫汉图楚娃



昨日,中国网球公开赛继续首轮争夺,赛会4号种子李娜迎来首秀,面对斯洛伐克美女汉图楚娃,中国一姐从比赛伊始打出一波连下10局的迅猛攻势,虽然在比赛末段一度出现起伏,但李娜还是以6:0/6:4胜出,晋级第二轮,将对阵科斯蒂亚与雅瓦诺夫斯基之间的胜者。

在过往与汉图楚娃的6次交锋中,李娜以2胜4负处下风,近两次较量均是斯洛伐克美女获胜。在今年最后一项大满贯赛美网中,两位选手都取得了不错的成绩,李娜闯入四强,而汉图楚娃也跻身八强。 小新

# 飞侠归来 科比4月跟腱受伤以来首次穿上球衣亮相

### 何时复出? 至少还需30天

北京时间昨晨,洛杉矶湖人队举办了新赛季的媒体日活动,从阿联酋迪拜赶回来的科比成为最大焦点。大家最关心的问题只有一个:科比何时能重回赛场?

“我感觉很棒,虽然最困难的时期已经过去了,但我不认为我有一个确切的复出时间。”科比回应道。对于具体的时间,他表示:“至少还需要30天。”

科比透露,他从上月开始就已经在进行慢跑练习,不过直到现在,他还没有进行过任何有球训练。

有人对科比的复出前景并不看好,认为他重伤后很难恢复到以前的状态。对于这样的论调,科比很不赞同。

“在我的职业生涯中,任何一个赛季我的身体都没有达到100%。”科比说,“对我来说,恢复到78%就足够了。”

NBA新赛季将于10月30日开战,留给科比的时间已经不多。

### 魔兽离开? 关我屁事!

在被问到霍华德今夏选择转投火箭时,科比表示他对此根本不在乎,并透露早在霍华德与湖人的那次会面之后

他就知道霍华德要“叛变”了。

“说实话哥们,(霍华德离开)关我屁事啊(I really don't give a shit)。”科比说,“如果他决定留在湖人,那自然很好,不过他并没有这么做,就是这样,真的没什么。”

去年夏天,湖人通过一笔涉及4支球队的大交易得到了霍华德,当时,外界纷纷看好湖人可以重新回到联盟巅峰。事与愿违,由于伤病以及磨合的问题,湖人并没有打入预期的战绩,最终只是以西部第七的身份勉强挤入季后赛。霍华德本人在湖人也没有表现出他在奥兰多魔术时

的水平,场均只有17.1分12.4个篮板,远逊于此前几年的表现。

尽管霍华德在洛杉矶过得并不开心,不过湖人在今夏仍然为留住他作出了努力。当时,湖人方面派出了包括科比在内的多位核心成员,试图说服霍华德继续留在湖人。然而最终,霍华德还是选择了加入火箭。对于休赛季那次全员上阵与霍华德的会面,科比表示,会面结束之后他就知道结果了。

“其实会面结束之后我就知道会是这个结果。”科比说,“当时我就感觉到他要去火箭了。” 综合《法制晚报》

# 健身,让我永远年轻

## ——健身辣妈刘宏伟

年轻,是每一位女性追求的终极目标。在2013黄金时代国际健美大奖赛上,几位来自国内外的超级辣妈给了我们一个很好的提示:今天,让记者为您揭秘,看健身运动如何让辣妈们永远保持年轻。

刘宏伟,43岁,2013黄金时代之夜国际健美大奖赛健身小姐165cm以上组亚军。现任黄金时代健身俱乐部新乡店团操课主管。

记者:这是您第一次参加类似的健身大奖赛吗?在赛场上看到您的爱人一直在您身边,他应该很支持您吧?

刘宏伟:是第一次参加。但是参加健身小姐大赛是我的一个梦想,我也为此准备了很长时间。家里面很支持我参加这次比赛,我的家庭是一个热爱健身的家庭。

记者:听您这么说,您从事健身教练这个职业,是否在某种程度上也会影响到自己身边的人?

刘宏伟:确实是这样的,健身

教练本身就是一个很阳光时尚的职业,从事这个职业除了让我拥有健康的身体,还有年轻、快乐、自信的心态,我也很喜欢将自己的快乐和健康“传染”给更多的人。现在我自己身边的朋友、家人,包括孩子,几乎都健身,我老公也是黄金时代健身俱乐部的会员,我现在看着爸爸妈妈、孩子和丈夫都健健康康、快快乐乐的,我很开心,也非常幸福。

记者:您是哪一年开始从事健身教练这个职业的?

刘宏伟:1996年的时候,我刚接触健身这个行业,当时自己是受到程丹彤老师的影响,因为很喜欢她,就开始从光盘上学习程老师的课程,从程老师发行的“丹彤1”开始。后来

参加了一些培训,2005年获得国家级健身指导员的认证,2006年参加了AFAA的高级私人教练的认证,2007年又接触了肚皮舞。经过一段努力的学习后,取得了肚皮舞的专业导师认证,最后我选择加入黄金时代大家庭,一直到现在。这是个很好的团体,我很爱这个家庭,她给了我更大的舞台,包括这次健身小姐比赛。

记者:您对自身职业生涯的规划是怎样的?

刘宏伟:我会一直致力于我所热爱的健身教练工作,并不断充实自己,我希望自己能把健康的知识和正确的健身理念带给所有女性朋友,让更多的女性朋友变得更美更健康,并且拥有一颗年轻的心。 王春义



刘宏伟

### 个人简历:

黄金时代健身俱乐部新乡店团操课主管  
国家级健身指导员的认证  
AFAA高级私人教练认证  
肚皮舞专业导师认证  
2013第十届黄金时代之夜国际健美大奖赛健身小姐165cm以上组亚军

## 健身操大赛落幕

本报讯 由国家体育总局体操运动管理中心、中国健美操协会和河南省教育厅共同主办的“农行信用卡杯”2013全国全民健身操大赛河南分站赛暨河南省学生健美操锦标赛,经过3天的角逐,昨天下午在郑大体育学院综合训练馆落下帷幕。

本次比赛共设徒手和轻器械有氧健身操、健美操大众锻炼标准两大类24个比赛项目,比赛分为大学甲、乙组、中学组和小学组4个组别。来自全省大、中、小学的共38支队伍,500名运动员参加了比赛。大学甲组河南工业大学,大学乙组郑州大学,郑州大学西亚斯国际学院,郑州大学体育学院,中学组郑州市第十四中学、郑州市102中学,小学组濮阳市第三小学代表队成绩优异,表现突出,获得多项冠军。

郑州晚报首席记者 郭韬略