



达人秀



达人秀邀你来

你不必是明星,但一定要有绝活;你不必有特别炫目的成绩,但一定有一颗热爱健身的心;你甚至也不必是专业人士,但健身一定是你生活中的重要组成部分。寻找草根人群中的健身达人,是我们的初衷;为大家提供一个交流健身经验、传播健身信息的平台是我们宗旨;爱运动,爱健康,爱生活,是我们要传播的理念——所以,郑州晚报文体中心联合郑运动,特别推出“健身达人秀”,只要你认为你,或者你身边的人足以跻身“健身达人”行列,就可以推荐给我们,我们从中选取后,派记者专门采访,稿件不定期在郑州晚报和郑运动微信公共号刊登,让更多人分享你的成果和经验,让更多人和你一起交流切磋。

你是达人吗? 你想来秀吗?

两种方式参与

- 关注郑运动微信号,发送个人信息到平台,验证码“达人秀”。
- 发送个人信息到郑州晚报体育部邮箱 zzwbyb@126.com。

郑州跳钢管舞的那么多,为什么红的是她? 钢管舞“女神”: 因为喜欢,所以任性

因为喜欢 所以任性

之所以能够迅速走红,是因为刘飞飞有着火辣的身材,尤其是清晰的“人鱼线”,更是让网友大为惊叹。而对于众多人都羡慕不已的“任性的身材”,刘飞飞说她的秘诀只有一个:坚持。

刘飞飞带的学员绝大多数都是女性,年龄从20岁到40岁都有。“学员学舞蹈的目的不同,有的是希望将来能以舞蹈为职业,有的则是为了健身,但希望通过学钢管舞减肥的,比例最大。”刘飞飞说,“我现在带的课程一般是3个月一期,每周6次课,每次课一个半到两个小时。三个月练下来,肯定都会有收获,而且是从内到外的,不仅是有塑形效果,人的气质都会有所变化,但要想长时间保持身材,就还需要坚持。”

在饮食方面,自称“饭量很大,别人都不敢请我吃饭”的刘飞飞也没有什么特殊之处:“就是正常吃饭就行,只是我不太喜欢吃油炸食品。”另外,她在每天正常带学员上课之外,还要保持一到两个小时训练,这可能正是“身材任性”的理由所在。

坚持自我 舞出人生

和很多同龄人比起来,刘飞飞过的确实是一种让人羡慕的生活。就在很多大学生毕业季为工作发愁的时候,毕业证对她来讲已经是“可有可无”。现在每天上两节课,收入不亚于普通白领,还会经常接到商业演出的邀请。这让22岁的她早就实现了经济独立,不仅不用“啃老”,而且还能为父母分担弟弟妹妹的开销。

这一切,都源自于对钢管舞的喜欢和坚持。“选择钢管舞,确实引起过很多非议,人们很容易把它和色情联系在一起,为此她还和家里人吵过架。但是不是色情,不在于跳钢管舞本身,也不在于跳钢管舞的人,而是在于看钢管舞的人。以正确的眼光看,看到的是健康、力量、性感,反过来,用色情的眼光看的话,芭蕾也能看得出色情。”刘飞飞说。

不过即便如此,刘飞飞却并热衷于为钢管舞正名:“每个人都有不同的看法,想法也不同,没必要反驳,我做好自己就行了。”

曾经在2014国际钢管舞锦标赛中获得金奖的刘飞飞其实并不特别看重比赛成绩,她看中的是健身的快乐。网络走红之后,刘飞飞生活中最大的变化就是“记者的采访多了,现在每天要说的话比原来多多了”;“其他的倒也没什么,就是电话咨询的人也多了,当然,我也希望越来越多的人加入到练钢管舞的队伍中来。”

对于未来,这个22岁的小女孩也有着清晰的规划:“短期内希望能去国外进修。将来嘛,争取能够拥有一间自己的舞蹈室,帮更多的人练习钢管舞。”

生活在互联网时代,走红,已经不再是一件非常困难的事情。当然,前提是你得“有料”。22岁的90后女孩刘飞飞,是一名钢管舞教练,有着火辣的身材和炫酷的舞姿,凭着这些,几张自拍照就足以让她的微博粉丝量暴增,在网络迅速蹿红。被网友评论为“好身材就是这么任性”,并且获封“钢管舞女神”的称号。对于自己,刘飞飞说:因为喜欢,所以任性。郑州晚报首席记者 郭韬略/文 郑州晚报记者 白韬/图

众多舞蹈 独爱钢管

和很多同龄女孩儿一样,刘飞飞从小时候就开始接触舞蹈。“芭蕾、拉丁都练过”,但能最后成长为一名专业的舞蹈教练,她坦言自己“完全是自学成才”。

“开始接触并喜欢上钢管舞,是在大二那一年,从网络上看到了钢管舞的视频,就开始琢磨着自己练。其间虽然也上过辅导课,但也不算上系统学习。”刘飞飞说,“后来就在家自己装了一根钢管,每天练,一天差不多四五个小时。”

和其他舞蹈不同,钢管舞对人的体能、力量有着相当高的要求,刘飞飞在这方面也同样“自学”:“并没有完整、系统的训练方案,就是参照资料,自己进行力量和柔韧

性的训练。”

让她崭露头角的机会是大三那年的迎新晚会,她的一支现代舞技惊四座,赢得满堂喝彩。从那以后,大学校园里多了一个人尽皆知的“舞神”,而学广告学的刘飞飞则为自己找到了清晰的职业规划。随着名气和舞技的提升,大学期间,她已经开始接到商业演出的邀请,并开始舞蹈学校带班训练。这样,当大学毕业的时候,她也就顺理成章地干上了自己喜欢的职业。

和其他舞蹈不同,钢管舞的一套动作下来,练得非常艰难,但学会了就不会忘。更重要的是,钢管舞很多动作都是在空中,倒挂、腾跃,这些动作让天生喜欢“刺激”的刘飞飞有着别样的快感。“我就喜欢极限运动,像蹦极、过山车,玩儿起来没够,去一趟方特,我要把所有很刺激的项目都玩儿过来,没人能陪得了我。”刘飞飞这样解释自己独爱钢管舞的原因。



1.通过微信号添加 打开手机微信客户端,点击通讯录右上角的“+”,输入“zsports66”进行搜索,找到“郑运动”点击“关注”。

2.扫描二维码添加 打开手机微信客户端,在“发现”栏中点击“扫一扫”,扫描“郑运动”的二维码,搜索成功后点击“关注”即可。

3.与郑运动互动 打开“郑运动”之后,在窗口下方的输入框中,用文字形式输入您想和我们说的话。