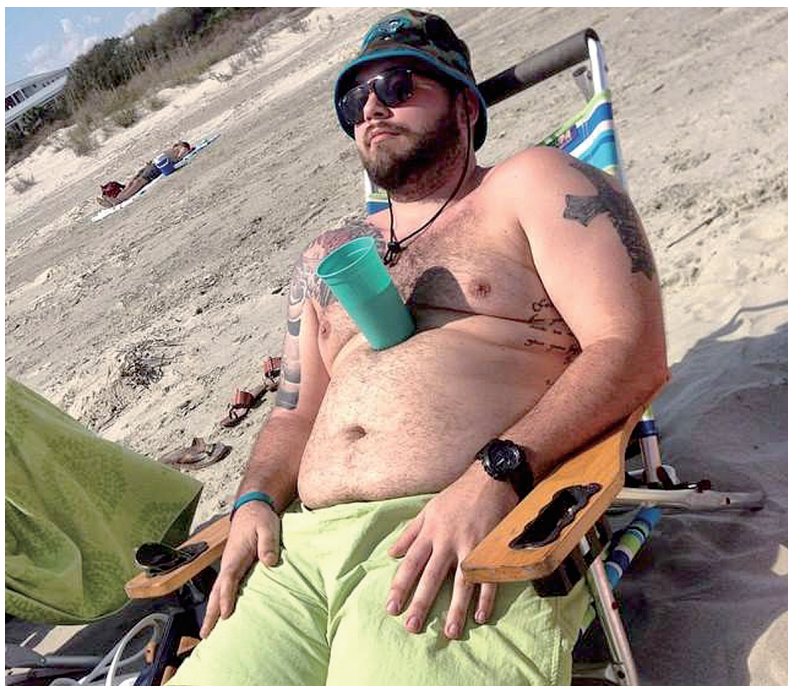


郑运动

欧美掀起晒“啤酒肚”热潮 比肌肉男还受女性热捧 “腹愁者”联盟报复来袭

训练营



曾经需要美图工具瘦一瘦的场景,如今……

人鱼线、马甲线、比基尼桥、六块腹肌……是不是要被身边那些“炫腹”的家伙逼死了。哪里有不公,哪里就有复仇者联盟!不过,不是这两天在中国上映的那个电影,而是近日欧美社交网站Instagram上掀起一股晒啤酒肚热潮。一众男网友纷纷上传自己在海滩上赤裸上身、小腹微凸的照片,出乎意料夺得一众女性的钦羡目光。

据《每日邮报》报道,掀起这股热潮的Instagram账号叫“College Dad Bods”,其维护人皮尔森是美国克莱姆森大学的大二学生。她称女性们迷恋这些“啤酒肚男”的其中一个原因就是他们完全没有攻击性。她说:“这些男人不会让我们对自己的身材没有安全感,另外,你抱男人的时候也不想抱一块儿石头吧。”

“College Dad Bods”账号的

7000名粉丝非常同意皮尔森的看法,网友们纷纷为发布的照片点赞,虽然间或有一些嘲笑啤酒肚男的声音,但总体评论良好。

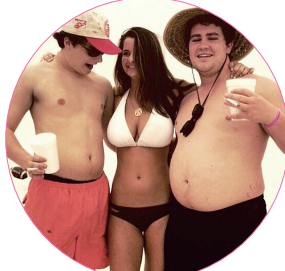
小编补充:女性长期面对身体必须如杂志封面女郎般的完美线条与高度性感化的压力和挣扎。而现在,男人亦将面临同样的挑战。

曾经创造了“都市美男”(Metrosexual)词汇的英国记者辛普森去年6月新造了一个词,结合运动(Sport)、色情(Porno)与性倾向(sexual)的Spornosexual,用以形容手机自拍浪潮下,胸肌、腹肌、粗壮手臂与人鱼线比脸蛋更重要的流行文化浪潮。

但有潮流,就会有反潮流。这不,啤酒肚联盟来了。不过,小编真的不希望这是为不想锻炼而找借口,毕竟好的身体不光是为了美,更是为了健康。南都



我有啤酒肚,我骄傲!



啤酒肚也算了,往哪看?



拜啤酒肚不长腰

相关链接

仰卧起坐练得烦 那试试V字挺身

仰卧在地上,头部和双脚稍微抬起。用力收缩腹部和髋部肌肉,以爆发力来启动动作。吸气、屏住呼吸,抬起躯干的同时手臂也上抬,同时抬腿,两腿打开成V字,坚持15~20秒。然后放松躺下,休息20~30秒,再来。5次或10次为一组。

郑州七十三中 后起之秀 成绩斐然

始建于2003年的郑州第七十三中学,是一所不折不扣的“年轻的学校”,而从2009年才开始组建的校足球队,更是只能算新秀。但就是这样一支年轻的球队,仅仅用了3年多的时间,就拿到了郑州市校园足球

的冠军,成为任何一支队伍都不能忽视的劲旅。昨天,他们在2014~2015赛季全国校园足球联赛郑州赛区的最后一轮较量中,在主场击败了郑州二中,为校足球队荣誉室内再添一座冠军奖杯。郑州晚报首席记者 郭韬略 文/图



2015再度夺冠

昨天,在七十三中,2014~2015全国校园足球联赛郑州赛区迎来了最后的压轴大戏——初中组的决赛,在此前,小学组和高中组的冠军已经全部产生。

对决的双方是郑州七十三中和郑州二中,这是一场不折不扣的“新老之争”,一直有着足球传统的郑州二中,早在几十年前就是郑州校园足球的一支强队,而他们的对手七十三中拥有足球队的时间也不过才6年。

在双方首回合的较量中

1:2失利的七十三中,昨天面临的是背水一战,因而他们的进攻也更加积极主动。上半场双方战成0:0,七十三中不懈的进攻在下半场终于有所斩获,他们利用一次任意球机会将皮球送入对方网窝,并将1:0的比分保持到终场。80分钟的激烈角逐之后,双方的总比分战成2:2平,比赛进入残酷的点球大战。七十三中的队员们最终没有让一直为他们加油助威的同学们失望,最终5:4击败对手,捧走了本赛季的冠军奖杯。

历史不长 成绩斐然

昨天的这个冠军,已经是七十三中第二次夺得校园足球郑州赛区的冠军,而这也并非是该校足球队的最高荣誉,此前他们还曾获得过2012到2013赛季的河南省校园足球总冠军和省足球锦标赛的冠军。

和郑州九中拥有前建业队长苏斌这位专业教练一样,七十三中的主教练也曾经大名鼎鼎——前建业队的队长、主力门将车向前。虽然现在成绩斐然,但时间推到6年前,校队刚刚组建的时候,车向前对这一切想都不敢想:“我们当时真是白手起家,刚开始连一支足球队的人数都凑不够,队员的足球基础非常薄弱。但是学校对足球队非常支持,我们干起来也有劲儿,就这么一步步走到了今天。”

只有10多年历史的七十三中,却有着许多老牌学校无可比拟的优势:学校体育硬件设施非常完备,尤其是标准的足球场更是给开展足球运动提供了良好的条件,学校甚至购置了球场照明设备,使校队可以实现“全天候训练”。在此基础上,“足球

进课堂”得以顺利开展,“天天有训练,周周有比赛”现在已经成为学校的“惯例”。

而随着车向前等有着专业足球运动员背景的教练加盟,学校足球队的训练也更加规范、专业,由此成为球队成绩不断提升的助推器。

2009~2010赛季,第一次参加校园足球联赛获得郑州第八名,随后获得第五、第三名,直到获得郑州市、河南省的冠军。随着成绩的不断提高,校队中的优秀苗子也逐渐崭露头角,如今七十三中的校队已经是建业预备队的一个重要人才库,闫浩、王鸿楠、谢硕等人还入选过国少队集训大名单。

而只有初中部的七十三中,校队的队员也成了足球传统高中的目标。在九中执教的苏斌,也一直在想办法弥补学校没有高中而造成的生源缺少的问题。在这方面,车向前和苏斌,这对当年建业队中的老搭档也在积极进行合作。“当年在球场我们就配合得很好,现在当教练了,也希望能有好的合作,最终都是为河南足球发展嘛。”车向前笑着说。

长跑迷路遭遇风暴 新西兰辣妈靠自己的奶水保命



据报道,近日,新西兰一名29岁的母亲,在惠灵顿附近的森林参加越野跑时迷路,失踪24小时。最终,她依靠喝自己的母乳奇迹生还。

报道称,这名妈妈名叫苏珊。她于当地时间10日在惠灵顿以南的森林参加20公里的长跑时,因转错弯而迷失方向。

报道指出,苏珊原定当地时间10日上午11时30分回到起点,但至中午还未出现,当局派出31人和3只搜救犬搜索,终于

在11日上午11时发现苏珊。

苏珊在送往医院接受检查之前,已经与丈夫、两岁的儿子和8个月大的女儿团聚。

事后,苏珊称在迷路的当晚遇上强风暴雨,她以为自己会就这样死去,她不停地祈祷和思念着家人。

由于身穿轻便跑衣,苏珊还挖出一个洞来,躲在里面为自己保暖,并喝自己的乳汁以抵御饥渴。

当地时间11日早晨,搜救直升机的热检测传感器发现苏珊并将她救起。

回忆起这个阴冷的夜晚,苏珊说:“幸好我之前有学过一些野外生存的尝试,也幸好我的第二个宝宝出生才没多久,要不然,我真的以为我再也见不到他们了!”除了苏珊这次死

里逃生让人拍手庆贺以外,她用自己的母乳来救活自己也让大家惊叹不已。医生给出了权威的解答:“如果妈妈的乳腺组织足够柔软,她是能够举着自己的乳房喝奶的。当然,她也可以把奶挤到手上再喝。而且人奶非常健康,富含水分、碳水化合物、蛋白质和脂肪,对于那个时候的苏珊来说,缓解她的饥饿和口渴非常有效。唯一要注意的就是由于她处于比较危险的地方,有可能会造成交叉感染,这是当时苏珊喝自己奶水唯一的风险。”楼栋



关注郑运动
我们会送给你惊喜哦

正能量