

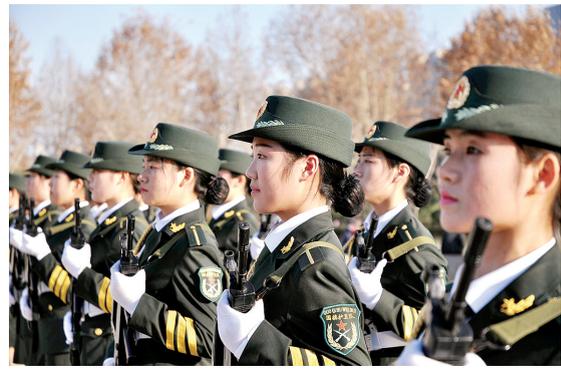
# 郑荐



撒旗手将国旗挥向天空 黎良旭 图



整齐的步伐



姑娘们手握重达四公斤的仿真枪目光如炬

## 厉害了,郑大女子国旗护卫队!



女子国旗护卫队正在进行升国旗前最后一次训练

走过7个多月的挥汗如雨,历经两百多天的魔鬼式训练,12月5日清晨,郑州大学国旗护卫队女子方队终于踏上护卫国旗的道路,进行第一次升旗,接受着全校师生的检阅和仪式的洗礼,五星广场前,升旗台旁,一抹亮丽橄榄绿让人惊艳。  
郑报融媒记者 张竞跃  
通讯员 裴文卿 顾晓丹 黎良旭  
文/图

### 郑大“花木兰”首次惊艳亮相

6时45分,寂静的郑大校园中,30名队员正在进行最后的准备工作,面对即将执行的首次升国旗仪式任务,这群姑娘们多少有些紧张,作为本次指挥的王鲁宁手中浸出了细汗。

“齐步走——”6时53分,伴随着王鲁宁清亮而不失英气的指令声,30位“花木兰”自西向东而行,皮靴有节奏地击打在地面上发出清脆的声响。四乘六的整齐方队,雪白的手套,她们抬颌挺胸,面带微笑,手持重达4公斤的仿真枪,队伍整齐,步伐稳健,在清晨的薄雾中展现出柔中带刚的美丽。

旭日初升,红旗飘舞,6时57分,撒旗手杨宁用力将国旗向天空扬起。



女子国旗护卫队整装待发



这一瞬间,成为郑大风景

### 以天安门礼兵升旗动作标准训练

彭慧娟是2015级新闻与传播学院的学生,刚到学校就听说了国旗护卫队:“当时我就在想,为什么只有男生没有女生呢?后来听说要成立女子国旗护卫队,我立刻报名了。”

“刚入队练军姿、转体,后来学习齐步、正步,慢慢排练升旗的每一个细节,训练计划是长期的。”据介绍,平时训练,姑娘们就以天安门礼兵升旗动作标准进行,包括动作训练、排面训练以及效果训练。

相比于男子方阵,女生训练绝对强度会少一些,另外,女学员训练针对性不同,譬如,男生俯卧撑的一分钟极限是40个,女生是30个。不过,相对强度而言,男女是一样的,“都是我们各自的极限了。”除了训练针对性不同,所要求展现的形象也不同。军姿上,男生有刚强,女生则是英姿飒爽。面部表情上,男生要求绷紧,女生要微笑。

“很累,但是很值得。每次坚持不下去,我就告诉自己,天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨……其实想想也没什么,这种机会很难得,如果没有选择来这里,自己或许会后悔。与其把时间浪费在看视频刷微博上,我更情愿把时间投入到训练上,还更能锻炼自己的意志力。”彭慧娟说。

### 加训踢到脚肿 手指擦裤缝擦到红肿

据介绍,郑大国旗护卫队成立已有11年,昨天第一次由女子方队升国旗。为了升好“第一旗”,从十一月中旬开始,国旗护卫队女子方队的队员们进行了长达20多天的加训。

每周四、周日晚8:00至10:00,她们便在行政楼前的空地上、在夜色的陪伴下一遍遍练习礼兵齐步与正步——队员们称之为“拉圈”。

“有段时间我的脚肿了,就忍着痛踢,手指也是擦裤缝擦到红肿。”王鲁宁说,升国旗,每一个细节都要慎之又慎,“为保证国歌结束时国旗恰好达到旗杆顶端,在长达92秒的国歌中,作为升旗手的位置需要摇125~130圈手柄,才能保证分秒不差。”

**96678**  
郑州晚报热线群:27255753  
郑州晚报身边客户端  
上新浪打开郑州晚报官方微博

打电话有稿费