

武林
一页

华侨华人 以“武”会友 共庆“世界太极日”

本报讯(记者 冯晶)近来,海外华侨华人举办多种庆祝活动庆祝“世界太极日”。在与太极爱好者交流太极文化的同时,以“武”会友,增进友谊。

新加坡中国文化中心日前举行“2024 世界太极日”系列活动。活动邀请中国学者李凤梅为当地太极爱好者分享太极文化和实用技巧,同时推出“太极非遗工作坊”,带领太极爱好者体验太极运动。

据悉,太极拳在新加坡受众广泛,当地民众将之视为有益身心健康的运动方式。结合当地情况,她在讲座中设计了太极拳的发展历史、现代习练方法和养生原理三部分内容,配合现场太极拳表演,让现场观众直观了解太极拳,感受太极拳魅力。

在米兰,意大利中文太极文化节近日开幕。除主会场米兰市政府展览中心外,文化节还在米兰中国文化中心、米兰省督府成人教育中心、

米兰比可卡大学和米兰费米尔高中等地设分会场,向参会者现场传授中华武术和中华文化精粹。据米兰中国文化中心负责人介绍,此次文化节结合“国际中文日”,融入更多“中文+”元素,同期举行太极展演和比赛、“中国书法之美”和“汉字起源”展览、以中文教学的太极体育课程等系列活动。

“世界太极日”前夕,贝宁中国文化中心太极武术队在贝宁国际电影节开幕式上进行了一场“走出荧屏”的太极表演,吸引当地民众关注。据悉,参与表演的太极武术队员多数在中国参加过专业培训,他们跨越大半个贝宁来到电影节现场参加表演,希望与贝宁各界及国际友人共享太极文化。

贝宁国际电影节上还播放了中国太极选段,贝宁中国文化中心太极武术队队员在现场进行相应展示,“进、退、顾、盼、定”等招式引得当地民众跃跃欲试。

诗画体育 >>>

“小蚂蚁”再度归来 丁霞全力以赴力争奥运席位

5月7日,中国排球协会公布了中国女排参加2024年世界女排联赛首站比赛的16人名单,河北籍运动员丁霞榜上有名。丁霞,1990年1月13日出生于河北省石家庄市,中国女子排球运动员,司职二传。

进入巴黎奥运会周期后,丁霞逐渐淡出人们的视野,外界猜测丁霞是否会就此退役。其实,鲜为人知的是,丁霞在2019年遭遇了一次严重的伤病,一度被认为可能无法再次站在赛场上。那段时间,人们很少看到丁霞的消息,她低调地和疾病顽强斗争,直到去年在亚运会赛场上,丁霞的表现让人们充满惊喜。

对于此次重返国家队的目标,丁霞的表述非常简洁:“今年的首要任务肯定是在世界女排联赛上拿到奥运会参赛资格。距离世界女排联赛开赛时间非常近了,我希望能参加,弥补之前的遗憾。我也希望能够拿出好的状态,我肯定要全力以赴……”

现在,丁霞这只“小蚂蚁”再度归来,依然活力四射,充满能量。我们也用诗歌和漫画来祝福她。

(冯晶)

铿锵玫瑰势如虹
中华气魄天下雄
巾帼不让须眉
神州响彻振兴声



女排丁霞



漫画:冯火
配诗:刘国明

体坛新风 >>>

匹克球到底有多好玩儿?

你可能已经亲眼见证了这样的场景:一群人在羽毛球场上打得热火朝天,但他们手中却拿着乒乓球拍。

这看似怪异的运动,就是近来风靡的匹克球。

作为一项新晋网红运动,匹克球融合网球、羽毛球、乒乓球三项运动的优点,门槛较低,上手较快,运动量适中,自带社交属性,不仅成为都市年轻人的运动新宠,也让中老年人和青少年着了迷。如果你觉得它还只是一项活跃于社交网络的小众运动,那就out了。目前,全国匹克球爱好者已破百万。

作为一项从国外火到国内的小众运动,近两年,美国的匹克球爱好者首先出现井喷。2022年,全美匹克球玩家已经超过3000万人。这样的趋势同样出现在中国。匹克球自2012年被引入中国,2017年开始逐渐受到一些爱好者关注,一些城市出现零星的匹克球俱乐部和赛事,去年起备受关注。据不完全统计,截至2023年三季度,全国已成立超过68家匹克球专业俱乐部和8家地市级协会参与匹克球运动的爱好者人数已近100万人,比去年增长近一倍。而从2023年下半年开始,国内匹克球圈子里大事件不断:8月底,中国网球协会建立了匹克球推广工作委员会;10月23日,体育总局小球中心发布关于颁布《匹克球竞赛规则(2023版)》的通知;11月9日,中国网球协会正式颁布了《中国匹克球运动竞赛规则》。

短短半年时间里,从社交平台上爆火的小众运动,规程、协会、赛事等方面迅速跟上,匹克球运动在全国形成了“多点合力、蓄势待发”的推广盛况,匹克球体验、匹克球进校园、匹克球全国赛事、匹克球教练认证、裁判员培训班等多项活动接踵而至。

那么匹克球怎么玩呢?匹克球简单易学,又不至于刺激性。玩球时,玩家可独自上场,也能找人组队双打,只要用球拍将球打过网而对方无法回击就算得分。

匹克球玩法与规则

赛制:每局比赛第一个得到11分,而且至少领先了2分的球队获胜。如果双方都得10分,比赛应该继续,直到某一方领先了2分。比赛一般采用三局两胜制。

发球:在每局比赛开始时,首先由右侧球员发球,左侧选边。每局比赛结束后,双方发球顺序、球场位置互换。

1、匹克球发球,必须以下投手势发球,球与球拍的接触面位于腰部以下;

2、双脚必须站在底线外;

3、球必须在落地前用球拍击出,球必须落在斜对面球场的打球区,且不可压到非截击线。

双反弹规则:发球之后的第一个回合或发球方在接对方回球,接球方必须先让球在本方场地落地反弹一次,才能击球。

双打(以双打为例)

1、发球永远是从由右手边的球员开始,如果该球员能保有发球权,则一直在左右发球区轮流发球。球员在右边发球时,得分会是偶数(0、2、4、6、8、10...),球员在左边发球时,得分会是奇数(1、3、5、7、9...).

2、每场比赛首先发球的一方,只能允许一次失误,如果出现失误,发球权将交给对方,发球球员的队友是没有发球机会的。

3、发球员每得一分,应换到本方另外一侧进行发球。第一个发球员失误后,由其队友从他失误时所在的一侧继续发球。

4、如果球是由错误球员或从错误的发球区域发出,算一次发球失误。

5、接球员要站在发球员的斜对面,且站在底线后面。

6、接发球时,只有接球员才可以把球击回。如果由其队友把球击回,那么发球队将得分。接球员的队友,可以站在球场内外的任何地方。

7、接球方在接发球时,队员不可以交换位置。在对打过程中,接球方队员可以互换位置。对打结束后,球员必须返回原位。

(冯晶)