

青春热血秀惊鸿 舞出梦想震长空

专访 2024 年河北省青少年霹雳舞锦标赛两位冠军小将

□本报记者 周强

韩艺涵:爱上霹雳享受舞台



韩艺涵今年 8 岁,出生于雄安新区,虽然年纪小,但练习霹雳舞已经有两年多的时间了,“我爸爸就是一名霹雳舞教练,受他的影响,我从小对这个项目产生了兴趣,在我读幼儿园大班的时候,我开始跟着爸爸学习霹雳舞”。作为霹雳舞教练的韩飞非常支持女儿练习这个项目,“霹雳舞起源于 20 世纪 70 年代,是一种以个人风格为主的街舞舞种,具有较高的技巧性和观赏性,它不仅具有独特的艺术魅力,还能够强身健体、提升协调能力和创造力”。

尽管从小耳濡目染,但是由于年龄小,韩艺涵在平时训练中付出了更多的努力,“训练很累,有时候忍不住就会哭,训练过程中受伤也是常有的事”。韩艺涵说,跳舞这两年多,每天都比较辛苦,每一个动作都是汗水的结晶,“在所有动作里面就属大回环(air fly)最难,每天不间断地打都要打大半年,还记得有一次翻身过来,牙齿磕到地胶上,满嘴都是血,我依然坚持忍痛训练,因为爸爸说这个动作要打十万个才能会”。见女儿如此努力,韩飞是看在眼里疼在心里,“身为爸爸,每次看到女儿这么辛苦地训练,我都是特别心疼,尤其是想到有时候对她很严厉,心里就很自责。每次女儿睡着,我都会特别心疼地亲孩子两口,后悔又在上课的时候凶了她,暗暗下定决心明天更耐心点”。

韩艺涵说,要想练好一个动作需要吃很多的苦,但是每次学会以后,那种成功的喜悦都是用言语难以表达的。在这种成就感的激励下,在父亲的耐心指导下,她慢慢学会了很多动作。“我不得不佩服这孩子,她真得非常优秀,两年就完成了很多人三四年都学不会的动作,而且她最大的优点就是体能好,不知疲倦,无论跳多少轮,

“

近日,2024 年河北省青少年霹雳舞锦标赛在石家庄市勒泰中心圆满落幕。经过两天的激烈比拼,最终,韩艺涵获得 U14 女子组冠军,U14 男子组冠军由路广伟摘得。两位冠军小将在舞台上定格、倒立、旋转,用高超的舞蹈技巧和独特的艺术风格,给现场观众带来了一场舞蹈盛宴。今天,我们就走近两位冠军小将,体验不一样的运动激情。

”

状态依然饱满”。看到女儿的进步,韩飞非常欣慰。

说起自己参加的比赛,韩艺涵如数家珍,“第一次参加的比赛是在安新举办的‘舞动雄安’赛事,那时候我学跳舞仅仅两个月,虽然连海选都没进去,但是能够参与其中我还是非常开心的”。第一次夺冠的赛事她印象尤为深刻,“2023 年 8 月 12 日,我参加了京津冀街舞公开赛,并获得女子组冠军,这是我人生中第一次拿冠军,那天刚好也是我的生日,心里特别高兴”。

2023 年 12 月,第一届河北省青少年霹雳舞锦标赛在石家庄举行,韩艺涵参加了 U14 组的比赛并夺得冠军。为了在今年的第二届锦标赛上蝉联冠军,赛前她进行了积极备战,“在过去的一年里,其他选手也在进行刻苦的训练,实力水平肯定提高了很多。要想继续夺冠就得付出更多的努力。备战期间,我每天刷套路 50 多遍,平均每天练习时间超过 4 小时”。尽管有充分的准备,但站到赛场上时,她仍然有些紧张,“看到厉害的对手站到面前,我心跳得很厉害,好在平时跳舞的时候爸爸就说,比赛的时候要像精灵一样去跳动节拍,做最好的自己就可以,输赢交给裁判老师”。

最终,韩艺涵再次捧得 U14 女子组的冠军,“通过比赛认识了很多选手,虽然在这次比赛中,我们是对手,但以后我们代表河北参赛就是队友,我会向大家学习,不断提高自己的技能”。韩飞告诉女儿,未来的路还是很长,输赢都是暂时的,跳舞的初心并不是为了去赢,而是享受舞台,享受音乐,通过舞蹈表达自己的想法才是更重要的。“我不求她以后拿多少成绩,希望她能在舞蹈的路上走得更远,能在跳舞的过程中,一次次成长,能够以后更好地学习和生活”。

梦想是不会发光的,发光的是追逐梦想的我们!随着霹雳舞正式成为奥运会项目,韩艺涵也受到了很大的鼓舞,“刘清漪姐姐在奥运会上拿到铜牌,特别棒,我也要像她一样走上更大的舞台,为祖国争光”。

路广伟:在跳舞中寻找快乐源泉

路广伟今年 14 岁,出生于天津,街舞圈里的小伙伴都叫他大伟,是 2024 年河北省霹雳舞锦标赛 U14 男子组冠军。他小时候,身体素质比较差,为了强身健体,父母给他报了一个武术班,“一次偶然的机会,跟着武术教练在广场上训练,我看见一群大哥哥围在一块跳舞,当时感觉他们很帅,非常羡慕他们,也想像他们一样跳舞”。

从此,路广伟便下定决心学跳舞。他的父亲经过多方打听,最终在一家街舞工作室给他报了名,“认识了我现在的师傅李金芮(jerry),他是一个极其认真负责的好老师,平时训练非常严肃,有点吓人,但是下了课,对我们又像朋友一样”。依靠这平时的努力训练,路广伟在老师的指导下,各项舞蹈技能进步很快。赵予哈教练介绍说:“大伟三年级才开始学街舞,起步晚于其他小朋友,他为了追上同龄其他优秀少儿的水平,有一段时间,每天早上 5 点多他就起床练习基本功,练完了再去上学,他现在所呈现的动作离不开他内心对舞蹈的渴望。”

作为一名学生,跳舞的同时还得兼顾学业,时间的分配就显得相当重要,“刚开始练的时候,还在上小学,作业少,练舞的时间相对充足一些。上了初中以后,学习压力增大,练舞的时间越来越少,每天放学练舞到晚上 10 点左右,回家写作业经常到半夜 12 点”。在特别劳累的时候,路广伟也曾想过放弃,但在父母和大家的鼓励下,他还是坚持了下来,“有句话说得好,风雨过后才能看到彩虹,我的努力也得到了回报,中国街舞联赛见证了我的成长之路,去年依靠八强赛的好成绩我进入国家队,夏训后又拿到了第一届全国街舞锦标赛第七名,今年又拿到了中国街舞联赛(邢台站)的季军,成绩的取得离不开教练的指导,也坚定了我继续跳霹雳舞的信心”。

为了备战今年的河北省霹雳舞锦标赛,他所在的 SYC 团队又给他制定了一系列的外赛外训和赛前集训及体能测试,“印象最深刻的是备赛模拟训练,要和团队所有人对战很多轮,通过模拟训练,我的体能提升了,套路的稳定性和对音乐的把控也进一步加强。暑假期间,我每天的训练时间都不低于 8 小时,上学期间也尽可能保持每天 3 至 4 小时”。在备战阶段,赵教练为大伟做了调整,严格控制日常饮食和作息时间,用最高效率解决了套路和音乐上的细节问题。“训练虽然枯燥,但回归到跳舞最终还是很快乐的,特别是外赛外训期间,我看到了不同的跳舞方式,对我个人影响很大”。

凭借着过硬的技术水平,路广伟一举夺得本届锦标赛 U14 组的冠军,“大伟跳舞到现在一直不急不躁,在教他跳舞的过程中,我们也是经历了很多,每次比赛或训练后都会不断复盘分析,寻找更适合他的动作套路。这次比赛夺冠,我也非常替他高兴,希望他能保持初心,继续努力。”对于他的未来发展,赵教练寄予了厚望。

