

太原冰壶小将勇夺全省季军

本报讯(记者 张晓丽)1月14日,从山西省实验小学中车分校获悉,在山西省体育局举办的“奔跑吧·少年”2023年山西省冰壶锦标赛上,省实验小学中车分校参赛队派出的男子、女子冰壶队分获全省季军。

1月10日,“奔跑吧·少年”2023年山西省冰壶锦标赛在大同开赛。这是山西首次举办冰壶项目锦标赛,也是大同首次承办专业性

冰壶赛事。

比赛采用了最新的冰壶竞赛规则,采用分组单循环+淘汰赛制。来自太原、大同等地区的60余名青少年运动员参赛,在为期3天的赛程里,进行男子四人赛和女子四人赛2个项目的角逐。

在此次比赛中,省实验小学中车分校的孩子们首次在真冰上实战,他们团结拼搏、勇于超越,不仅展现

了高超的运动技巧,更在赛场上诠释了冰壶运动的独特魅力。

据了解,省实验小学中车分校创设各种条件,为学生增加运动机会,提升学生体能、技能。自2021年11月起,冰壶运动就进入了该校课程表,学校组建了冰壶校队,冰壶运动与篮球、乒乓球、羽毛球等球类运动一起,成为该校体育课程的主要内容。



站上雪道 你就是最靓的仔



受访者供图

“伙计这块板子,奥运冠军苏翊鸣同款。”张嘉晨打趣道,身为一名滑雪爱好者,他主打一个“差生文具多”。

周日清晨,李宁鸟金山国际滑雪场的“波浪道”,在阳光照射下晶莹剔透。张嘉晨踏上心爱的滑雪板,身影在旋转腾挪中闪闪发光。以业余滑雪爱好者的标准来衡量,张嘉晨其实并不算“差生”。

前刃推坡、后刃推坡、大回转……一套单板滑雪动作结束,张嘉晨收获了朋友的掌声鼓励,他兴奋地回应道:“别着急鼓掌,等下我再给大家整个新活儿。”话未说完,他不小心失去身体重心,一个屁墩儿坐在雪上,又激起大伙儿一阵欢笑。

张嘉晨从小喜欢体育活动,篮球、足球、飞盘等项目均有涉猎。2022年北京冬奥会后,滑雪运动在爱好体育运动的人群中掀起一波新高潮。

“我以前玩过滑雪,一开始玩的是双板滑雪,略懂,略懂。”张嘉晨表示,“北京冬奥会上,咱山西选手苏翊鸣不是拿了单板滑雪金

牌嘛,我就想着向偶像看齐,改玩单板滑雪了。”

张嘉晨说,在雪地上高速滑行的刺激感,可以令人忘却一切烦恼,缓解工作的压力和疲劳。“滑雪对技术要求比较高,当你一点一点进步时,那种成就感是不可替代的。”他说。

此外,滑雪不仅仅是一项单人运动,它还是人们社交互动的平台。工作之余,张嘉晨总会约上三五好友,共同分享这项运动带来的快乐和挑战。

“最好是一大早来,雪场刚开门,雪道特别平整,人也少。”太原的“滑雪季”大约是每年12月至次年3月,在这段时间里,张嘉晨与朋友们基本每周都会去雪道上滑行,最多时一周能去三四次。

在张嘉晨看来,滑雪要做的第一件事,就是戴好头盔。“滑雪难免会摔倒,头盔及护膝、护臀等相关装备必不可少。”张嘉晨坦言,初学者一定要在教练指导下从“零”起步。

“站上雪道,你就是最靓的仔。”张嘉晨说。

记者 杨尔欣

“嗖”的一声飞过一个小坡,在雪上划出完美弧线,临风踏雪的潇洒,感受多巴胺带来的快乐。冬日严寒,太原的冰雪运动逐步“升温”,不少滑雪爱好者用自己的方式和冬天对话,在雪地里留下惊艳的影像。作为雪季新手,怎么选择装备,热衷拍照打卡的小姐姐滑雪该怎么穿搭?1月14日,记者采访了太原几位滑雪“达人”,听听他们给出的建议。

太原滑雪“达人”教你选装备

▶ 新手装备安全最重要

单板滑雪作为近年来一项颇受大家喜爱的运动,引得不少滑雪新手心动不已。该如何购买第一套滑雪装备?位于太原市睿鼎国际中心的夜猫雪具店主理人张彦曦建议,滑雪作为一项高风险运动,选择一套安全的装备非常重要。

“新手购买雪具第一要素是安全,第二是方便。除了雪鞋、雪板,雪板固定器也很重要,如果预算不够的话,可以去买大品牌的旧款或者二手。”张彦曦说。

据张彦曦介绍,太原市周边的滑雪场基本按照不同的坡度分为初级道、中级道、高级道。他建议,在滑行过程中要按照自己的滑行水平选择合适的雪道,请勿盲目前往较高级的雪道,以免给自己或他人带来伤害。“安全太重要了,滑雪时一定要佩戴头盔,护膝护甲也要穿好,即使不小心摔倒了,也要学会一定的倒地姿势,保护自己。”



受访者供图

▶ 穿搭可以来点小趣味

“90后”太原女生璐璐和媛媛进入滑雪圈2年。除了滑雪,她们还喜欢研究滑雪穿搭,在这方面颇有心得。

这两天,璐璐发在网上的单板滑雪视频获得了很多赞。她说自己很幸运,很多滑雪技巧是进入滑雪圈后在滑友们的帮助下练出来的。

“我觉得滑雪的心态很重要,专心享受滑行的那一刻就好。”璐璐说。

除了喜欢滑雪,璐璐还购买了不少雪服、护具等,让自己

在雪场上变得更吸睛。当然,她也喜欢记录这些难忘的时刻,并把它们剪辑好发到抖音上,“我特别喜欢记录滑雪的每一刻,看到这些视频,会让我觉得生活美好,勇者无畏。”

媛媛介绍:“如果你只是想体验一下滑雪的乐趣,头盔和雪镜、护具可以去雪场租借,最好在出发前就提前问清楚,雪场是否提供各类防护雪具。”她还建议,护脸面罩这种比较私人的用具,最好在网上购买。

璐璐建议:“雪服尽量选颜

色靓丽的款式,除了好看也安全,让滑友能注意避让自己。”

媛媛分享道:“头盔里可以戴个帽子,滑雪休息摘掉头盔时形象更好看,发型也更服帖,辨识度很高。”

最后,两位爱好滑雪的小姐姐一致表示,如果当天天气寒冷,她们会在里面穿一件专业速干衣,然后会再穿一件加绒材质的中间层来保持体内温度。“如果低于零下10℃了,那羽绒内胆的中间层一定是更好的选择。”记者 陈珊