

跳出健康快乐,也要跳出和谐

8支参赛队伍都承诺,要做不扰民的文明舞者



市中区海选赛 四支队伍晋级



传统舞清新雅致。本报记者 张中 摄

本报9月10日讯(记者 李文平 林媛媛 实习生 刘翔宇) 10日上午9时,由齐鲁晚报、生活日报、市中区委宣传部、安利(中国)日用品有限公司共同主办的“舞动泉城——济南首届‘安利杯’广场舞大赛”在市中区大众广场举行市中区海选晋级赛。来自市中区的8支参赛队伍经过激烈比拼,最终英雄山广场舞队、杆石桥春晖舞蹈队、柯君舞蹈艺术团、二七街道汇统花园舞蹈队四支队伍成功晋级下一轮比赛。

9日上午7点,大众广场已经聚集了不少大爷大妈,是的,他们正是当天的主角,参加此次市中区广场舞选拔赛的队伍。描眉、换装,调试音响效果,任何一个细小的环节都不敢忽视。这不,不少在广场活动健身的市民也围了上去,看着整齐划一的表演服装,跳着专业的舞步,不少市民感慨他们的水平丝毫不比专业院团逊色。

“我们看到通知就第一时间报名参赛,此次比赛被安排第一个出场,所以大家准备非常认真,互相查看服装,反复练习,就是为了把我们这10多年的成果,以最完美的姿态展示在泉城乡亲面前。”英雄山广场舞队领队张宝玲说。

上午9点,比赛帷幕正式拉开,8支参赛队伍依次上阵,有精心编排的藏族舞,有简单易学的经典广场舞串烧,还有喜洋洋的健身球表演……比赛最终经过激烈角逐,英雄山广场舞队、杆石桥春晖舞蹈队、柯君舞蹈艺术团、二七街道汇统花园舞蹈队4支队伍突围成功,晋级复赛。其中,柯君舞蹈队的一曲《开心活宝串烧》配合精心编排的舞蹈获得裁判的一致好评,二七街道汇统社区舞蹈队则用一曲《亲亲茉莉花》让观众领略到不一样的风采。馆驿街温馨驿站艺术团虽然未能入围,但是他们编制的歌舞《祖国万岁》以其磅礴的气势和华丽的服装引来观众的称赞。

“广场舞因为参与广泛,形式多样灵活而深受大家喜爱,举办类似的活动,也是倡导一种积极健康的生活方式。”市中区文化馆培训辅导部主任花蕾说,市中区有很多的高水平队伍,高手在民间,通过举行类似的比赛,给他们展示的舞台,获得自信,将有更多爱好者参与其中。

“虽然舞台条件简陋,但是每支队伍都精心准备,向大家展示出积极健康的精神风采,也舞出了健康快乐的人生,和我们提倡的健康理念是一致的。”观看完比赛,安利山东分公司公共事业部高级主任马刚说。

10日上午,“舞动泉城——济南首届‘安利杯’广场舞大赛”进入第二天,市中区8支代表队各自拿出绝活,为市中区的4个比赛名额一决高下。开心的笑容、优美的舞姿、激情澎湃的表演,不时引来现场观众的掌声。用大妈们的话说,广场舞跳出了健康、跳出了快乐、也跳出了和谐。如今,大妈们也承诺要用自己的实际行动表明,他们是一群文明的广场舞大妈。

本报记者 李文平 林媛媛 实习生 刘翔宇

舞出健康来

丈夫跳了一年舞,体重减了十公斤

10日上午的比赛,英雄山广场舞队第一个上台展示,30位成员以红色为主的藏式服装马上吸引了现场观众的眼球,伴随一曲轻松活泼的《串烧向前冲》,30名队员开始翩翩起舞,观众的叫好声和掌声此起彼伏,也为整场的比赛定下了欢快的基调。

张宝玲老师是这支队伍的队长。她告诉记者,舞蹈队每周都会定期在英雄山广场练舞,跳舞使大家更年轻,更自信,更健康。张宝玲说,队伍里还有一个男队员,也是被他老伴拉过来的,以前是大腹便便,自从被拉入伙后,跳

了一年的广场舞,体重降了20多斤,现在是标准的“型男”了。

杆石桥春元里社区春晖舞蹈队算是这次参赛队伍中年龄最大的一支,领队张贵香今年74岁,全队平均年龄超过60岁,一身红色的运动T恤将这群银发老人打扮得格外青春。

舞出快乐来

喜欢跳舞身体好,心情也就敞亮了

一支欢快活泼的《开心活宝》串烧,一支24人的舞蹈团队,用高难度的穿插换位、抛花表演引来现场观众的阵阵掌声,这就是柯君舞蹈艺术团带给大家的惊喜。

谈起这支队伍,队长潘柯君充满了自豪,她说自从2008年队伍成立以来,就多次参加济南市广场舞大赛,2012年代表济南参加全国健身广场舞大赛并获得金奖。

“跳舞确实上瘾!一天不跳就感觉难受。”舜耕街道舜和社区炫彩艺术团领队巴李玲说,大伙儿几乎每天都去社区



大赛现场不乏民族风。本报记者 张中 摄

广场、社区活动室练舞,跳舞健身也健心。队员们虽然都60多岁了,但是都不显年龄大,因为大伙儿喜欢跳舞,身体好了,心情也就敞亮了。

了。“由于大家伙的笑容,曾经获得过最佳笑容奖,用笑容感染和感动更多人,这也是我们这支队伍最大的优势。”巴李玲说。

舞出文明来

跳舞适当远离居民区,要做文明的舞者

曾几何时,广场舞是时尚、流行的代名词,精彩的舞步给夜晚注入了很多活力,也起到了锻炼身体的作用。然而近年来各种对“广场舞”的不满愈演愈烈,泼粪、鸣枪、投诉等极端行为发泄着人们的愤怒。愤怒从哪里来?不外乎因为声音过大,干扰到他们的正常生活,然而这一切问题都没有困扰当天参赛的队伍,因为他们承诺做文明不扰民的“广场舞大妈”。

在10日的比赛中,8

支参赛队伍都承诺要做文明健康、不扰民的舞者。不少队伍都说,会把音响的音量尽量调小点,时间也尽量不要在休息时间,适当远离居民区。“每天大伙都骑着车,带着音箱到英雄山广场跳舞,虽然远一点,但是不扰民,不用担心吵着人家。”英雄山广场舞队的张宝玲说。

馆驿街温馨驿站艺术团的队员们也是抽出工作之余的时间,步行几十分钟到大明湖等处进行表演。用领队倪峰

灵的话说,宁可耽搁自己的时间,也不能给别人添堵。

玉函社区轻松艺术团的队员们为了不扰民,大伙儿大都在晚上六七点钟进行表演。刘建新说,希望通过自律,为广场舞正名,也希望更多的人参与到广场舞活动中来,做不扰民的舞者。

杆石桥春元里春晖舞蹈队的张贵香说:“我们要做不一样的广场舞大妈,要做文明的舞者。”

天桥区选拔赛今日开战

来天桥区文体中心北广场观舞吧!

本报9月10日讯(记者 李文平 林媛媛) 11日上午9点,济南首届安利杯广场舞大赛天桥区海选将拉开帷幕,11支实力雄厚的队伍将争夺4个宝贵的晋级名额。如果想一睹他们的风采,请到天桥区文体中心北广场观战,为你喜欢的那一支队伍点个赞、助个威吧!

天桥区的海选将有11支高水平的队伍参加,其中无影山、堤口路、药山等街道都推荐了高水平的队伍。比赛将现场决出4支优胜者队伍进入预赛和济南其他区的高手过招。

本次比赛将于11日上午9点正式开始,比赛场地在天桥区文体中心北侧广场,市民乘坐4路、5

路、7路、35路、15路、85路等公交在“成丰桥”或“堤口路东口”站下车即到。

本次广场舞大赛海选分6区分别开展,共六天,之后将进行预赛和决赛。错过比赛的市民也不要着急,只需扫描本报二维码,即有本次比赛的视频,可以下载观看。此外,也可以关注本报的官方微信,随时了解比赛详情。

在济南 有一家泉城医院

专注妇科·十余年临床积累



TIPS

即刻预约 彩超等八项妇科检查仅需18元 无痛人流立减100元

泉城医院 妇科专家 搜索

泉城医院
JINAN SPRING CITY HOSPITAL

24小时健康专线: 0531-820 22222

济南市解放路3号(市内乘车至甸柳庄公交站)