

搜城·圈子



泉城跳水队：一帮爱玩高空跳水的老年人

不害怕，很舒服 挺刺激，棱潇洒

本报记者 董钊 实习生 徐焱 范昌丽

每天清晨，在济南的护城河、王府池子边上活跃着一群特别的人：虽然绝大部分已步入老年，却个个生龙活虎、身怀绝技。他们或轻如飞燕，或快如闪电，一个个惊人的前空翻、后空翻总能引来围观人群的阵阵欢呼。

这是一帮退了休的老头儿，他们喝着泉水长大，不光爱泉水，还爱挑战。

喝泉水长大的老头们

采访那天中午，省城天气一如往常地闷热。王府池子边上活跃着一群老年人，他们是省城有名的老年跳水队。只见其中两人走向水边，看准水面，深呼吸，双臂伸展，腾跃、入水……一系列动作一气呵成。其中一人是这支老年跳水队的副队长刘保国，年逾五旬。

从水里出来，队员张伟在刘保国身边调侃：“乐以忘忧，不知老之将至。”说话时

神情颇为得意，“就心理年龄来说，我觉得我们只有二十多岁。”

刘保国从小生活在王府池子旁边，喝着泉水长大，用他的话说就是“近水楼台先得月”。他小时候的暑假几乎都是穿着母亲缝的小裤衩度过的，每天必做的一件事情就是练习游泳，觉得冷了就爬上来坐在石头上暖和一下，然后再纵身跳入池中，乐此不疲。

如今参加了泉城跳水队，刘保国的生活就更丰富了：每天下了班就来王府池子游一圈，每个月都随队去泰山或长清大学

城等地跳水。他2009年随队参加青岛国际海洋节业余跳水比赛获得了二等奖，也为团队争了光。

哪里有水，哪里就有他们

说起这支跳水队算是有些年头了。2004年，酷爱跳水的孙正民和刘遵元召集身边的游泳爱好者成立了“泉城跳水队”，至今已发展到来自各行各业的20余人。如今这个团队中除了三人还在工作之外，其余的都已退休，年龄最大的赵方泉已经74岁，最小的王鹏40岁，还有女队员。跳水队员们从小就戏泉弄水，与水结下了不解之缘。

自跳水队成立以来，他们除了天天到王府池子或者五龙潭跳水之外，还组织了无数次户外跳水活动：在险峻的泰山天柱峰顶展翅翱翔，在钟灵俊秀的卧龙峪拥抱大自然，在四面环山的兴隆水库畅游，长清大学城、砚池、百脉泉、青岛栈桥也是他们常去的地方，甚至足迹远至北京、天津、海南、新疆、广西等地。

“哪里有水，哪里就有我们的身影。”队长孙正民对此感到非常骄傲。户外跳水游泳活动带给他们高空跳水的刺激快感，让他们神采飞扬、青春焕发，也给队员们带来了无与伦比的自豪感。

他敢从泰山天柱峰上玩跳水

孙正民今年69岁，退休后就每天进行游泳跳水锻炼，现在是泉城跳水队的队长、济南市冬泳委员会委员。

“2007年5月27日我第一次到泰山天柱峰跳水。”孙正民回忆，“2007年水库水量丰富，高度只有12米。2009年我跳的时候就有15米了。”老爷子轻松地笑道，“我

都是选择能跳水的最高位置跳。”当记者问他从这么高的地方跳水是否害怕时，“不害怕，很舒服，挺刺激，棱潇洒！美中不足的就是空中的姿势不够优美，蜷腿了。”老爷子有些遗憾地说。

接着，他给记者展示了“飞燕、子弹头、镰刀、前空翻、后空翻、油焖大虾、僵尸、斜飞燕”等跳水动作。他在天柱峰跳水的动作就是经典的“飞燕”。孙老爷子天柱峰首跳的全过程被泰安八十八医院的一位范医生拍了下来，后来被传到了网上，使老爷子一下子变成了点击率超高的“网络红人”。从2007年到2009年，他在泰山天柱峰先后跳了8次，最高的一次达到了15米。

爱跳水更加爱泉水

高空跳水是一项危险运动，尤其是济南泉水水位比较浅，不适合正规跳水比赛中的“直入”姿势。外地的跳水运动员往往不敢跳，但熟稔泉水水况的泉城跳水队却在这神奇的水域里活跃着。队员们在继承了传统入水动作的基础上，还设计了一套以济南土话命名的入水动作：飞燕、斜飞燕、前空翻、后空翻、油焖大虾等。

不过，他们也并不是一群唐突的冒险者。每次跳水前他们总会先下水游一遭，摸清了水情才敢跳。

跳水队员们对泉水有着深挚的感情。“爱泉护泉，不是光在那里看。”孙老爷子说。据他介绍，以前他们一直担负着王府池子的清理工作，义务清理池子里的垃圾，“后来有专职的清洁队了，咱们才不干了，不能抢人家饭碗哪！”老爷子幽默地说。除了平日里扫除水中的垃圾，泉水水位什么时候上升了，什么时候下降了，他们都及时地给“12345”打电话，可以说是济南城中最关心泉水的一群人。

泉城跳水队队员
本版照片由受访者提供

类风湿 强直的救星



类风湿、强直性脊柱炎、痛风、骨关节炎(滑膜炎)患者：《东方时空》、《健康之路》、《中华医药》栏目多次介绍的侯丽萍“侯氏疗法”已在我省设立特色诊疗中心。
侯丽萍——“侯氏疗法”创始人，国家重点专科医院太原类风湿医院院长，中国老年学会风湿病专业委员会

主任委员，她在清代御医传人石广济的验方基础上，经过20多年的实践，独创了一套完整的治愈类风湿、强直性脊柱炎、痛风、骨关节炎(滑膜炎)的治疗体系。20世纪80年代以来，侯丽萍采用“侯氏疗法”先后治愈20多万类风湿、强直性脊柱炎、痛风和骨性关节炎患者，成为治疗类风湿疾病的权威专家，得到了国内外专家、患者的肯定和认同，“侯氏疗法”也被国家有关部门全国大力推广！

类风湿、强直性脊柱炎是免疫系统的疾病，我国类风湿和强直的发病率高达18%-20%以上，经调查证实，其中80%的患者未得到有效治疗而瘫痪在床，生活不能自理，因

此被医学界称为不死的癌症。世界风湿病协会认为类风湿、强直性脊柱炎，用西药、激素虽可以暂时缓解症状，但不能控制病情的发展，而且毒副作用大，会给患者造成更大的伤害。因此，专家强烈呼吁：类风湿、强直必须早期诊断，规范治疗，就能够控制病情，消除症状，实现生活自理，身体达到康复。

请登录官方网站：
www.hlp.cn 查证或到本门诊领取央视资料
“侯氏疗法”——国家中医药管理局重点推广项目；“十一五”重点专科强化建设项目，是目前治疗和预防风湿四病的最有效的疗法。
咨询热线：0531-86953577

二手房交易有困惑？齐鲁楼市不动产解您忧！
请拨打**96706365**二手房公益咨询专线
★9月10日上午9:00-12:00, 下午2:00-5:00
★齐鲁晚报·生活日报呼叫中心和齐鲁楼市不动产联手倾情打造
★二手房交易咨询一站式服务平台，省内市话收费，即时贴心服务