

“红星美凯龙杯”健身舞大赛第二场预赛落下帷幕

# 健身舞大赛决赛再添八支队伍

本报聊城7月13日讯 聊城市(东昌府区)第五届全民健身运动会“红星美凯龙杯”健身舞大奖赛第二场预赛12日举行,20多支队伍参与比赛,最终新区唯美健身队、开发区丰润舞蹈健美中心、柳园东昌社区艺术团、中通社区舞蹈队、古楼夕阳红舞蹈队、柳园公园队、新区红玫瑰舞蹈队、和馨园队等八支队伍成功晋级决赛。

12日早晨6点多,就有许多健身舞参赛队员提前来到东邻佑里广场开始现场排练,在参赛人员当中,有在职教师,有退休工人,也有赋闲在家的老人,他们都在为这次比赛做准备。

8点钟随着优美的音乐响起,首支参赛队伍和馨园队为到场的市民带来了健身舞《羊年吉祥》,参赛者们一招一式,跟着节奏一丝不苟地做着舞蹈动作,每一支舞曲完毕,总会激起观众热烈的掌声。

近年来健身操舞悄然兴起,不仅在城区公园,还是小区广场,都能看到大妈们活跃的身影,就连农村的健身广场上也掀起了以健身、娱乐为目的的广场舞。她们虽然没有专业舞者婀娜的舞姿,但从她们身上体现出来的那种精神面貌和自信,令人钦佩。上周末,首场预赛,经过两个半小时的激烈角逐,在首次预赛的26支队伍当中,东昌府区人民医院代表队、刘官营代表队等10支队伍成功晋级最后的决赛。

聊城市(东昌府区)第五届全民健身运动会“红星美凯龙杯”城市健身舞大奖赛由聊城市体育局、东昌府区人民政府主办,东昌府体育局以及齐鲁晚报承办。本次比赛共分预赛和决赛两个阶段,其中预赛分为三场举行。

参赛项目以公众可以广泛参与的健身舞为主导,不分舞种,可从各种健身舞中自行选定并加以改编。不提倡做高难度、危险性动作。参赛服装统一、美观大方。参赛队伍交通、餐饮自理。本次健身舞大奖赛设立了价值万元的丰厚奖励。最终产生一等奖、二等奖、三等奖等数名,凡获奖者均为现金奖励。

## 健身舞让退休生活更精彩

12日上午,本报主办的全民健身运动会城市健身舞大赛第二场预赛如期开展,现场二十多支代表队各显舞姿,引来不少观众围观,更有健身舞爱好者现场报名参赛,第一支广场舞代表队的出演,就让现场响起阵阵掌声。

“看到比咱年纪大的老人都跳的这么带劲,重在参与,我们也报上名。”正值周末,许多市民来到活动现场观看精彩的健身舞演出,王女士在一家事业单位退休,回忆刚退休时的场景,忽然从忙碌转为清闲,整个人没有精神“天天浑浑噩噩的,无所事事,很可怕。”可是自从跟随小区的同龄人跳起健身舞,生活又重焕新机。

“年纪大了跳舞不图有什么大成就,自己喜欢,生活充实,大家每天凑在一起开心就好。”与王女士有同样心思的健身舞爱好者不在少数。现场她看到新区唯美健身队《唯美中国》令自己很有感触。“24人身穿统一服装,动作协调统一,她们的神情太到位了,看到她们跳舞是由内而外散发的幸福和活力,让人心生敬佩。”

“我以前也是跟着一起跳的,谁知一跳就喜欢上了。我们跳舞的地方了,地方不大,基本只够10人左右跳舞。”参赛选手张女士告诉记者。刚开始,在小区里打乒乓球,后来,无意间看到小区里有人跳健身舞后,也就加入了这个集体。“我喜欢那句口号,‘舞出健康,舞出快乐’。”张女士跳健身舞之后,便开始学着用电脑上网,“上网看看一些新的健身舞,看别人是怎么跳的。”退休生活顿时充实了起来。每晚跳舞的时间在1.5小时左右,有将近30首歌曲伴舞。一起跳舞的10余名居民也因舞结缘,结成了一个温馨的小团体。每次跳舞前后总会聚在一起聊聊天,拉拉家常。有时候,如果有人前一天因为生病或有事外出不能来跳舞的,第二天大伙就会关心一下,有时候还会电话问候呢。

文/片 记者 李军 郭庆文



云恋月舞蹈队《祝福祖国》。



公园队《中国美》。



东昌社区艺术团《喀秋莎》。



丰润舞蹈健美中心《我的家乡大平原》。



红玫瑰舞蹈队《今夜舞起来》。