

北京体育大学教授吕韶钧做客齐鲁大讲坛: 要打造适合奥运的太极拳体系



吕韶钧做客齐鲁大讲坛,现场演示太极拳练习注意事项。 本报记者 戴伟 摄



主办单位
省社科联
山东大学 齐鲁晚报
山东广播电视台
山东博物馆

太极拳要不要成为奥运项目?太极拳究竟应该怎么练?12月18日下午,齐鲁大讲坛邀请到北京体育大学教授吕韶钧,以“太极文化助力健康中国”为主题,做了精彩的演讲,并与观众进行了热烈的互动。

一名观众提问:“我希望国家把太极拳纳入奥运会申报项目,现在看有些材料和书籍上说,杨式太极拳是老祖宗,但是

上海派、西安派在个别说法上还不统一。如果不统一,怎么申奥?”

“这个问题非常尖锐,当时我们申请进奥的时候,很早就涉及了这个问题。”吕韶钧说,有些专家提出来,武术要进奥运,太极拳不能进,认为它跟奥运会的精神是完全相悖的,奥运会精神追求的是更高更快更强,我们太极拳追求的是更低更柔更缓。吕韶钧并不赞同上述观点,他说,如果我们不提出进奥运会,就会面临一个十分尴尬的问题——日本人要把太极拳推进奥运。所以,问题不是要不要推动太极拳进奥运,而是怎么进。我们可以打造适合奥运的一套体系出来,但是它不代表我们的全部。我们可以尊重传统,可以传承文化,但是如果丢掉了奥运这样一个世界体育舞台,“我想这将是国人的遗憾。”

在吕韶钧看来,我们一定

要有一个国际的视野、家国的情怀和自觉的行动,“一开始我也不太主张把太极拳融进奥运,但是文化是多元的,我们一定要去适应当前社会,包括全球化。否则的话,我们可能只会越做越窄。”

对于如何练好太极拳,吕韶钧将其分为三个渐进的阶段:求形、求意和体悟。所谓求形,就是我们的招式是否正确。招式对了,下一个阶段就要求意,“就是你自己有没有感知,也就是我成了主体。”第三个阶段叫体悟,吕韶钧认为,这才是真正的修为,把主客体合二为一,“你就是拳,拳就是你”。

练拳后一定要注意放松,因为太极拳练习对下肢要求负重很大,所以下肢的放松应该是必不可少的。“我建议练太极拳不要太低,而且,练完太极拳,一定要揉揉膝、做做前拉。”吕韶钧说。本报记者 宋立山

壹点书法诚邀“明师”加盟 “明师”数据库同时启动

面对一双双渴求书法艺术的眼睛,齐鲁晚报壹点书法学院责无旁贷,以弘扬书法艺术为己任,在开办公益书法班的同时,各种形式的培训班也将启动。学习书法讲究口授亲传,因此既写得好又教得好的“明师”(即明白的老师)至关重要,壹点书法诚邀更多“明师”加盟,同时建立书法“明师”数据库,对接书法爱好者及书法教育

机构,为“明师”提供施展才能的舞台。

有意者(仅限济南)请将个人资料传至邮箱:qlwbhd@163.com。

个人资料内容包括:姓名、性别、年龄,联系电话,毕业学校、学历及专业,家庭住址,有无书法教学经验,可以授课的时间,擅长的书体(包含硬笔书法)以及相应的作品照片等。

(泡墨)

今年圣诞节去哪儿玩 壹点约你免费观影滑雪

一年一度的圣诞节又要到了,这个周末你准备和谁一起度过?圣诞节期间,齐鲁壹点将组织策划丰富的活动邀请壹粉参加,观影或者去滑雪,快来抢票吧!

齐鲁壹点联合艾米1895电影街提供了30个免费观影名额,影片为《惊天魔盗团2》。读者可下载注册齐鲁壹点,进入“圈子”频道,发布带有#艾米观影日#关键词的话题帖或在帖子下方评论,写下你对运动的喜爱以及运动生活的益处等,即有机会获得蟠龙山滑雪场畅享票。

会参与活动。

济南蟠龙山滑雪场提供30张价值200元的免费票等你来抢,一起感受冰雪运动带来的刺激。读者同样需要进入齐鲁壹点“圈子”频道,发布带有#蟠龙山滑雪季#关键词的话题帖或在帖子下方评论,写下你对运动的喜爱以及运动生活的益处等,即有机会获得蟠龙山滑雪场畅享票。

活动咨询电话(微信):18364192083。(刘翔宇)

花冠集团葡萄酒战略发布,“起步,就与世界同步”

起步,就与世界同步 打造高端酒庄

起步,想要与世界同步,就必须做到文化、规模、技术、品质4方面的同步。

众所周知,酒庄是葡萄酒品牌和品质最重要的背书之一,也只有世界级高端酒庄的葡萄酒才属精品。2014年,身为白酒百强企业的花冠集团,就审时度势,看到葡萄酒市场潜力,决议涉足葡萄酒产业,于是请来红酒专家踏遍全球各大葡萄酒产区,各地造访,反复甄选,历时两年,最终敲定世界第九大、澳大利亚第三大葡萄酒酒庄——贝尔维德酒庄。

该酒庄坐落在世界葡萄酒七大产区之一的澳大利亚南澳州产区,并以盛产全球稀有葡萄品种“西拉”而闻名全球。该酒庄占地2400亩,年压榨,酿酒能力22000吨,储酒能力18000吨,打破世界葡萄酒酿酒季纪录。

经过多方谈判,最终于2016年5月5日在澳大利亚当地政府的协同下,达成了对贝尔维德酒庄收购协议,这是气魄,也是两大酒界豪门基因融合的一次跨越,因人而为之。

如果把葡萄酒市场大势作为天时,酒庄的选取作为地利,协议的签订作为人和,那么,花冠集团葡萄酒事业可谓“天时、地利、人和”高度统一。同时,我们能够看出无论是作为中国白酒代表之一的花冠集团,

还是具有世界品质的贝尔维德酒庄,两大酒界豪门的牵手,无一不是在文化、规模、技术、品质等方面的高度契合,将世界一流葡萄酒引入中国,让国人真正消费到世界一流葡萄酒,享受到世界一流的生活品位。可见,花冠集团葡萄酒战略“起步,就与世界同步”名副其实。

大时尚潮流的产品

贝尔维德酒庄旗下的多款产品,具有世界级品质,并且符合世界葡萄酒消费者时尚的口感潮流,而花冠集团,优中选优,在其中选取了更符合中国人审美和口感的产品,致力于打造中国葡萄酒高性价比品牌。将贝尔维德酒庄旗下产品进行优化整合,甄选OneDear(中文名:一生挚爱)、Auswst(中文名:黑袋鼠)、Buckle(中文名:新高度)三款最具“超级单品”品相的产品引入中国,品名设计完全融合红酒特色与中国风情,并致力于满足国人口感,所有产品酒精含量均在14%以上,这是最佳口感,也是时尚之选,更是风尚之标。所以,在口感时尚方面,花冠集团葡萄酒战略“起步,就与世界同步”名副其实。

前沿而尖端的运营

有好产品,有大趋势,更要有最前沿的运营才能让战略落地,



让事业成功。赵艳表示,早在2016年9月28日花冠集团就在济南市斥巨资打造红酒酒庄,酒庄面积4万余平方米,内部设有世界各个产区葡萄酒博物馆、葡萄酒体验馆、品鉴中心、红酒营销中心、五星级公寓酒店及主题餐厅。为消费者打造集葡萄酒文化、体验、品鉴,感受于一体的红酒庄园。

高瞻远瞩,鸟瞰全国。花冠集团葡萄酒事业逐步启动了全国市场布局,总部设在济南,另外在武汉设立中南公司,辐射湖南,湖

北、江西三个省;在无锡设有华东公司,辐射上海、江苏、浙江、福建4个省市。中南公司已组建完成,华东公司正在组建。

花冠集团与国内领先的酒类流通公司1919酒类直供达成战略合作,全方位、深度化进行产品推广,也为互联网渠道打通了“任督二脉”。在运营方面,花冠集团葡萄酒产业贯通了线上线下,将体验、文化、品鉴和销售相互融合,可谓最前沿的运营,花冠集团葡萄酒战略“起步,就与世界同步”名副其实。

花冠集团葡

萄酒协会秘书处

战略合作签约仪式

花冠集团董事长刘念波(右二)与1919酒类平台总监杨鸿(右三)合影留念

花冠集团董事长 刘念波

山东酒业协会秘书长 蒋彬

花冠集团副总经理刘海峰(左二)与1919酒类平台总监签订战略合作协议 花冠集团董事长刘念波(右二)与1919酒类平台总监杨鸿(右三)合影留念