

塘下动感龙舟队斩获 2016 年中国龙舟公开赛(上海·普陀站)4 项桂冠 佳绩的背后是严苛训练和队员齐心

见习记者 苏梦璐

“一、二、三、嘿！一、二、三、嘿……”日前，上海市普陀区苏州河比赛水域，短促而有节奏的号子声一次次响起。伴随着铿锵的鼓声，塘下动感龙舟队队员手中桨起桨落，整齐划一，龙舟破浪前行。

这是塘下动感龙舟队在“中鹰·黑森林杯”2016年中国龙舟公开赛(上海·普陀站)暨第十三届上海苏州河城市龙舟国际邀请赛上的一幕。通过激烈的角逐，该龙舟队一举夺得22人龙舟500米直道赛、22人龙舟200米直道赛、迷你龙舟组200米直道赛以及总成绩第一名，成为温州市唯一斩获四项桂冠的队伍。

然而，这些荣誉的背后是队员们的艰辛与汗水。回首龙舟队成立以来的点点滴滴，队长邵圣章感慨道：“这一路走来，实属不易！”

中途落后， 队员咬牙冲刺率先 撞线

2008年，塘下邵宅村邵圣章和赵宅村赵小峰等人发起成立塘下动感龙舟队。据悉，这是我市较早成立的竞技龙舟队，目前有近70位龙舟爱好者，年龄大多超过40岁。邵圣章说，队员来自不同行业、不同地区，但是共同的爱好让他们走到一起，至今已经8年。

参加中国龙舟公开赛(上海·普陀站)的前一天，该龙舟队刚参加了6月6日我市第四届竞技龙舟大赛。队员贾应敏说，虽然劳累，但队员从没抱怨，对划龙舟的热爱让大家克服疲倦。

此次赴上海参赛，该龙舟队挑选了26名比赛经验丰富、身体素质较好的队员，其中包括1名鼓手和1名舵手。

聊起比赛，邵圣章充满自豪。他说：“参加22人龙舟500米直道赛，开始我们遥遥领先，可是中途被超越。最后100米冲刺，鼓手加快鼓点，队员咬紧牙关，铆足了劲儿，最后迎头赶上，以0.02秒的微弱优势赢得比赛。不少队员抱在一起，激动地哭了。”

据悉，这是该龙舟队自成立以来取得的最好成绩。赵小峰介绍，龙舟队已经参加了多项龙舟竞技比赛，也获得诸多荣誉，比如2012年获得中国龙舟公开赛邵武站第5名，2016年我市第4届竞技龙舟大赛亚军，但这次在一届龙舟赛事中一举夺得4项桂冠，是很大的突破。

一次训练持续 4 小时， 没有人喊苦喊累

“取得好成绩有什么诀窍吗？”记者问道。

赵小峰说：“没什么诀窍。平时多练习掌握节奏，队员们齐心协力，加上参加多项比赛积累的经验，才换来这次佳绩。”

据悉，龙舟上坐在第一排位置的两名队员被称为“第一桨”。为了做到最好，两位“第一桨”每天在家里拿扫帚当桨，模拟划桨动作。

刘丙大是辽宁人，曾是皮划艇专业运动员，今年3月份担任塘下动感龙舟队教练。谈及这次参赛取得的骄人成绩，刘大丙坦言：赛场上短短几分钟的精彩，是队员们用刻苦训练换来的。

不管烈日当头，还是大雨滂沱，该龙舟队几乎每天开展训练，队员必须在规定时间内参加训练。为了在上海赛事中取得好成绩，刘丙大更是带领参赛队员提早3个月开展“魔鬼式”训练。



龙舟队参赛成员合影



龙舟队参加竞技比赛

「相关链接」

中鹰·黑森林杯 2016年中国龙舟公开赛(上海·普陀站)暨第十三届上海苏州河城市龙舟国际邀请赛由国家体育总局社会体育指导中心、中国龙舟协会、上海市体育局、上海市普陀区人民政府主办，上海市社会体育管理中心、上海市龙舟协会、上海市普陀区体育局、东方体育日报社承办的，于2016年6月7日至11日在上海市苏州河普陀区中远两湾

城·梦清园水域比赛场地举行。竞赛项目分为公开组(22人龙舟200米、500米直道赛)，本地组(混合组12人龙舟200米直道赛)和迷你龙舟组(200米直道赛)。

作为上海市第二届市民运动会中的一项重要国际赛事活动，本届龙舟赛吸引了来自德国、保加利亚、英国、挪威、加拿大、香港、澳门等地的56支龙舟队共900多名运动员参赛。

首届塘下 万润 杯毕业感言征文比赛等你来参加

百年大计，教育为本。为了大力弘扬尊师重教的中华传统美德，营造良好的社会学习氛围，自觉践行社会主义核心价值观，特举办本届毕业感言征文比赛。

- 一、主办单位：塘下镇文联
- 二、承办单位：塘下镇文学协会
- 三、协办单位：万润大酒店
- 四、接受投稿时间：即日起至2016年7月20日24时
- 五、比赛组别设置：
 - 1、初小组：小学六年级、初中生(含

- 应届毕业生)
- 2、高中组：高中生(含应届毕业生)
- 3、成人组：十八周岁以上、高中学历以上成人(含塘下籍在校大学生)
- 六、评比办法：采取塘下镇文联、塘下镇文学协会阅稿评分和网络投票评分相结合，阅稿评分占70%，网络投票评分占30%，按总分高低确定获奖名次。
- 七、颁奖时间：2016年8月6日18时
- 八、颁奖仪式地点：万润大酒店
- 九、比赛奖项及奖品：
 - 特等奖：3名(每组1名) 每名奖励

- 苹果6手机一部
- 一等奖：6名(每组2名) 每名奖励iPad mini一台
- 二等奖：15名(每组5名) 每名奖励迷你蓝牙音箱一台
- 三等奖：30名(每组10名) 每名奖励万润大酒店精美礼品一份
- 十、投稿注意事项：
 - 1、文章主题：毕业感言内容主要表达对老师、学校的怀念与感恩之情。
 - 2、文章体裁不限、字数不限。
 - 3、稿件格式：A4纸页面，正文用四

- 号字体、宋体。
- 4、投稿请注明组别、姓名、毕业学校、联系电话。如：初小组，姓名：***，**学校**级*班***，联系电话：*****
- 5、投稿截止时间：2016年7月20日
- 6、比赛稿件统一投到万润大酒店官方邮箱WRHOTEL@163.com
- 十一、有关首届塘下“万润”杯毕业感言征文比赛活动详情请关注万润大酒店微信公众号：WR-HOTEL或电话：0577-58859999,65379999。