



陆俊(左三)检查学员护具穿戴情况。



教练员在演示击剑攻防技巧。



学员进行击剑实战训练。

进退之间 太湖论剑



暑假期间,击剑馆里不少学员前来参加训练。



记者 伊凡 摄影报道

击剑,是从古代发展到现代的一项优秀体育项目。近年来,国内、省内击剑教育不断发展,这一原本参与人数有限的专业竞技运动开始向参与型项目演变,作为一项逐渐趋于平民化的贵族运动,击剑被越来越多人了解并接受。

7月30日,在湖州奥体中心超越击剑馆,一群少年手持长剑,优雅地围绕着教练员陆俊,在进退之间追逐自己的“剑客梦”。

击剑馆内布置了4条剑道,学员的装备整齐地摆放在一旁。“暑假期间,每天一般有40名小朋友来参加公益击剑班,丰富暑期业余生活。”教练员陆俊介绍道,公益击剑班主要有三个环节,包括体能、实战及基本功训练。实战姿势、前后移动、弓步、冲刺、刺靶练习等动作轮番上阵。在教练员团队耐心指导下,一节课下来,学员摘下击剑头盔,个个已是满头大汗。

看着生龙活虎的孩子们在击剑馆“亮剑”,一旁指导的陆俊也回忆起了自己的年少时光。1996年,陆俊因个子高挑又身体素质好被市级击剑队教练选中。第一次站在剑道上,陆俊内心充满了迷惑:“当时年龄小,对击剑完全不懂,就练着好玩,也没有想到面罩与剑会陪伴自己27年。”从此拿起长剑在赛场上纵横的陆俊,先后赢得多次全国个人、团体冠军。他认为,亦静亦动的击剑不仅是一项运动技能,也是对人的性格、心理素质、自我管理能力等多方面的培养。“击剑是思想的博弈,比的是剑,但其实玩的是脑子。在进退之间剑起无声,但内心是风起云涌,会让人在一次次输与赢的循环往复间,看到更好的自己。”他说。

如今,随着成都大运会开幕及杭州亚运会脚步的临近,击剑体育运动受到越来越多人的关注与青睐。陆俊希望更多人参与到击剑运动中,让这项运动根植湖州,也希望自己能够在湖州培养出一批击剑运动的后备力量,未来为更多高校和专业队输送击剑人才。



陆俊(左一)指导学员练习击剑攻防技巧。



陆俊带领学员在户外开展体能训练。



学员们认真对待每一次击剑实战训练。



训练结束后,陆俊整理学员器材。



尽在湖州
精彩瞬间