

拜国际大腕为师,跳最流行热舞

一年就等这一回,热爱舞蹈的你,不能错过这样的学习机会

本报记者 杨静 本报通讯员 李文瑶

拜来自欧洲的顶尖教练为师,学跳目前国际最流行的排舞。由浙江省排舞运动协会主办的2017年浙江省第五届WOW国际排舞培训将于5月26-28日在体育场路153号省全民健身中心网艺馆举行。如果你是一名舞蹈爱好者,又不甘心停留在基础的广场舞水平上,那你一定不能错过这么难得的学习机会,赶紧来报名吧。

民间跳舞的热情 没有最高,只有更高

“排舞这项草根运动如今已是遍地开花,尤其广场舞,这几年的发展绝对可以用‘火爆’两个词来形容,所以我们希望用引进来和送出去的方式,让更多人感受到跳舞这项运动的魅力。”省排舞运动协会主席吴熙勤说,协会成立后组织了排舞下基层等系列活动,每年还定期组织联谊舞会和省排舞大赛。

“前不久我们刚在遂昌举办了一场‘送舞下乡’活动,来自遂昌县各乡镇的300多名广场舞爱好者齐聚一堂,上到60多岁的老人,下到20出头的姑娘,把体育馆占得满满当当,大家在现场老师的指导下兴致勃勃地学习新曲目。”在教学过程中,大家连短短五分钟的休息时间也不放过,“追”着老师巩固练习,“有几个是茶农,这段时间最忙碌。培训的时候刚好下雨,大家开心得不得了,说这下可以专心致志跳舞了。”

两位国际大师 教你跳世界上最流行的舞

WOW世界排舞组织是世界知名的排舞培训组织,拥有世界一流的排舞专职教练,自2013年起在杭州首次举办培训,之后每年一届,至今已第五个年头。

这次受邀前来杭州教学的是荷兰籍大师罗伊·韦丹柯和英国籍大师玛吉·加拉格尔,两人都是享誉国际排舞界的顶级艺术家。

40来岁的罗伊自己获得过世界冠军,也培训出了100多个世界冠军,有15年以上的编舞经验。罗伊既是国际公认的舞者、教练和创编者,也是第一位进入水晶鞋名人堂的欧洲男性。他表示,跳舞将永远是他一生中伟大的爱。

玛吉5岁开始学舞至今,16岁后从事舞蹈教学,取得了现代舞、踢踏舞、爵士舞等多个教师资格证书。此后更是在全世界范围内获得无数奖项。2001年,玛吉在排舞杂志举办的水晶靴大奖赛中获得了5座水晶靴,这是至今无人打破的记录。2005年,她受邀进入了名人堂。

毫不夸张地说,这两位顶级舞蹈家可不光只是自己会跳,更难得的是都有着丰富的教学经验。如果你在跳舞的过程中自己练习遇上了瓶颈,或者想让自己有更高的艺术提升,这都是一次不可多得的进修机会。

本次培训班为期三天,可以学到最新流行的国际排舞,可以掌握当前国际排舞的发展概况,可以感受国际知名排舞老师的教学风范,从而全面提升自己的舞技和教学水平。此次培训曲目还将纳入2018年浙江省健身排舞大赛比赛曲目。

具体报名细则详见钱江晚报体育公众微信“170俱乐部”相关内容推送。



钱江晚报 体育微信 170俱乐部

扫码加入全省规模最大的广场舞“正规军”



扫码下载钱江晚报浙江24小时APP



英国教练玛吉在教学,她的学生看上去也都是身材普通的中年人。

肯尼亚猛女让女子马拉松大提速 一个半马破了四项世界纪录

本报讯 一口气狂破四项世界纪录!肯尼亚长跑女将杰普科西盖在4月1日进行的布拉格半程马拉松赛上创造奇迹。她连续打破了女子10公里、15公里、20公里和半程四项世界纪录,这其中的10公里世界纪录单指路跑纪录,和田径场内的1万米不同。虽然四个项目都不是田径大项在世界锦标赛和奥运会上的标准项,但都是有官方确定的世界纪录。尤其是半程马拉松世界纪录。在国际田联设有半马世锦赛的前提下,这项世界纪录更为瞩目。

分段来看,杰普科西盖以30分04秒,打破英国选手拉德克里夫保持的30分21秒的路跑10公里世界纪录,这个成绩相当惊人,即便放到女子场内一公里成绩单里,也能排到历史第十位,何况赛场内女子一公里,选手只需要跑一公里,而杰普科西盖只是半马途中的一公里。

此外她以45分37秒打破队友基普普拉加特保持的46分14秒的15公里世界纪录;以1小时1分25秒打破队友基普奇尔奇尔保持的15公里世界纪录,最终她以1小时4分52秒打破基普奇尔奇尔1小时5分06秒的半马世界纪录,人类女性选手第一次进入半马1小时05分之内!以2016年半马世锦赛男子组成绩来计,杰普科西盖可以排名第38位。

杰普科西盖赛后对自己创造的成绩感到震惊,她说:“真是吓到我了,我只是想尽力提高自己的成绩,没想过能破世界纪录。”23岁的杰普科西盖在长跑顶级选手如云的肯尼亚不算太出名,她此前个人最好荣誉是去年非洲田径锦标赛女子一公里第三。

于波

福彩15选5

第2017085期 投注总额:506838元
中奖号码(无需排序)
01 03 05 06 10

| 奖级 | 中奖条件 | 中奖注数 | 奖金 |
|-----|--------|------|---------|
| 特等奖 | 中5连4 | 0 | 0元 |
| 一等奖 | 5个号全中 | 45 | 3816元/注 |
| 二等奖 | 中任意4个号 | 4143 | 10元/注 |

奖池累计34,4994万元滚入下期。
本期开奖日期:2017年4月2日

福彩3D

第2017085期
中奖号码 5 6 0
销售总额:40739688元

| 奖等 | 浙江中奖注数 | 每注奖额(含派奖奖金) |
|-----|--------|-------------|
| 单选 | 656 | 1200元 |
| 组选3 | 0 | 400元 |
| 组选6 | 1084 | 200元 |

新投注方式中奖额为:3367元
浙江销售2621280元,返奖额1007367元。
3月1日起,浙江福彩“3D”进行1200万元派奖,详见浙江福彩网。
本期开奖日期:2017年4月2日

福彩双色球

第2017037期 全国销量:346434206元
浙江销量:27671296元
中奖号码:红色球(●) 11 15 20 22 25 30 蓝色球(*) 05

| 奖级 | 中奖条件 | 中奖注数 | 奖金 |
|-----|-------------|----------|------------|
| 一等奖 | ●●●●●●+★ | 7注 | 7634270元/注 |
| 二等奖 | ●●●●●● | 102注 | 225979元/注 |
| 三等奖 | ●●●●●●+★ | 1576注 | 3000元/注 |
| 四等奖 | ●●●●●● | 72122注 | 200元/注 |
| 五等奖 | ●●●●●●+★ | 1318176注 | 10元/注 |
| 六等奖 | ●●+★/●●+★/★ | 9043828注 | 5元/注 |

本期我省中4注二等奖(杭州2注,宁波、义乌各1注)。奖池累计6.2926亿元滚入下期。
本期开奖日期:2017年4月2日

中国体育彩票浙江省20选5第17085期开奖公告

开奖日期:2017年4月2日
本期销售金额:179,252元
本期开奖号码:07 12 13 14 19
本期出球顺序:12 19 13 14 07

| 奖级 | 本地中奖注数 | 单注奖金 |
|-----|--------|---------|
| 一等奖 | 2注 | 21,571元 |
| 二等奖 | 323注 | 50元 |
| 三等奖 | 5,708注 | 5元 |

0.00元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2017年6月1日,逾期作弃奖处理。

中国体育彩票排列3第17085期开奖公告

开奖日期:2017年4月2日
本期全国销售金额:1,280,130元
本期开奖号码:07 2 2 2

| 投注方式 | 中奖注数 | 单注奖金 | 应派奖金合计 |
|------|--------|--------|------------|
| 直选 | 1,030注 | 1,040元 | 1,071,200元 |
| 组选3 | 638注 | 346元 | 220,748元 |
| 组选6 | 0注 | 173元 | 0元 |
| 合计 | 1,668注 | ... | 1,291,948元 |

本期兑奖截止日为2017年6月1日,逾期作弃奖处理。

中国体育彩票排列5第17085期开奖公告

开奖日期:2017年4月2日
本期全国销售金额:8,747,346元
本期开奖号码:7 2 2 1 7

| 奖级 | 中奖注数 | 单注奖金 | 应派奖金合计 |
|-----|------|----------|------------|
| 一等奖 | 28注 | 100,000元 | 2,800,000元 |
| 合计 | 28注 | ... | 2,800,000元 |

259,302,194.48元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2017年6月1日,逾期作弃奖处理。

中国体育彩票浙江省6+1第17037期开奖公告

开奖日期:2017年4月2日
本期销售金额:2,025,728元
正选号码 特别号码
本期开奖号码:6 6 5 1 6 1 9

| 奖级 | 本地中奖注数 | 单注奖金 |
|-----|---------|--------|
| 特等奖 | 0注 | 0元 |
| 一等奖 | 0注 | 0元 |
| 二等奖 | 14注 | 8,697元 |
| 三等奖 | 320注 | 300元 |
| 四等奖 | 3,640注 | 20元 |
| 五等奖 | 42,997注 | 5元 |

17,005,364.99元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2017年6月1日,逾期作弃奖处理。