

《燃尽一生,他照亮游泳的孩子》后续报道

眼睛又疼又辣,白细胞常年偏低 这是游泳教练的通病

无论培养奥运冠军,还是基层青训,这份职业背后的艰辛你想象不到



视觉

本报记者 高华生 通讯员 金莉娇 沈博涵

对身边的游泳教练好吧,游泳教练这个头衔后面是很多人想象不到的艰辛。

这两天大家都为中国游泳功勋教练徐国义的英年早逝震惊,实际上孙杨、叶诗文、罗雪娟、徐嘉余、汪顺、傅园慧等,每一个光彩熠熠的名字背后,有太多的人默默无声在负重前行。

浙江几个游泳功勋老教练 其实都一身是病

培养出了陈桦、吴鹏、孙杨、汪顺等奥运冠军、世界冠军的中国游泳功勋教练朱志根,从教40年的他身患糖尿病等四五种疾病,每天都得服药;傅园慧主管教练李雪刚,也身患重疾,治疗期间还在坚持带队训练。

“实际上我们几个老教练身体情况都不是很好,都有各种各样的毛病。”

浙江省体育局副局长、奥运冠军教练张亚东曾经长期担任游泳一线教练,培养出奥运冠军罗雪娟这样的顶尖运动员。和很多游泳一线教练一样,他也曾经长期无暇照顾在杭州的家人,过着一年365天基本没有休息的日子。落下了一身毛病,高血脂、痛风这样的毛病不说,高强度的工作压力曾经让他在睡眠中呼吸暂停70多秒,当时把家人吓坏了。

“长期在始终潮湿、有氯气(游泳池消毒余氯)的环境里工作,对身体影响很大。”

作为亲历者,张亚东用最简短的两句话,讲清了一个游泳教练的工作环境。

这一观点也得到了陈经纶体校副校长、国家级游泳教练柏自悦的证实。

“余氯对游泳锻炼的人身体影响不大,但是对长期在水池上面工作的教练员确实有影响。在封闭的情况下,余氯随着水汽蒸发漂浮在空气中,长期在池边指导训练的游泳教练员当然会受到影响。”

柏自悦告诉本报记者,国外目前也有推行用臭氧泳池消毒技术,对人体的影响比较小,但费用相比而言要贵。目前浙江省也有地市在游泳场所推行这项技术,他和一些游泳圈内人也在呼吁尽早推行,让更多的教练员受益。

365天几乎无休 一天水里泡十几个小时

“氯气上来后,有时候眼睛会感觉疼、辣,另外对身体也有影响,朱颖(孙杨启蒙教练之一)、我和吴霞君(吴鹏启蒙教练)体检都出现白细胞(指数)低的问题。”

娄红梅(孙杨启蒙教练之一)已经过了退休年龄,热爱游泳事业的她还在和往常一样带队训练,过着没有节假日、没有休息日(一年365天只有除夕、大年初一放假)的教练员生活。

“早上九点多到游泳馆,晚上七点半才回到家,暑期双训(两堂训练课)的生活强度还是蛮大的。”

娄红梅告诉本报记者,以前夏天室外游泳池很热,也没有空调,四五小时训练过程中基本上都是站在场边走走来走去,还要不停地跟孩子交流,及时指导小队员训练。

“训练要管,学习要管,中午睡觉,吃饭也要管,方方面面都要管。回到家了,还要做训练计划,难得有空一点也要钻研学习新的游泳训练技术。”

娄红梅说,其他各个地市基层教练情况差不多,都很认真、辛苦、投入,因为有竞争,有压力。

“最累的时候,或者说是最忙的时候是暑期。每天差不多在水里要泡十几个小时。在水里泡得太久了,脚或和手皮肤会被泡得很软,脚上经常会破皮,也容易感染一些真菌,每年暑期上课都会遭遇这种情况。”

今年是海龟游泳俱乐部教练周翔从事游泳培训的第十个年头。游泳运动员退役后,他并没有成为一名专业游泳教练,而是做起了业余游泳培训。

“暑期60天这样泡下来,每天十几个小时,身体的湿气还是会比较大的,人也会比较容易疲劳。”

尽快恢复体能准备第二天的工作,是周翔在暑期每一天的任务。他说,很多人认为冬天泳池很暖,夏天泳池很凉快,这样的工作环境好得不能再好了,其实完全不是这么回事。游泳教练在上课的时候,要及时观察、指导,在水中其实是不怎么运动的,在水里泡久了反而经常身体发冷。

“什么时候你看到教练自己在水里动起来了,可能他只是想活动活动发冷的身体。”

他说,最开心的时候是小朋友在自己指导下学会一门救生技能,那份成就感是支撑他做一名默默无闻的游泳教练的精神力量。

栏日主持人: 琴菲 联系电话: 0571-85311195

浙江海悦国旅

86735502, 86735503, 86735501

总店: 嘉善北路236号/嘉善店(紧邻大润发)

地址: 公安南河同里路、嘉兴2、5号线同里站

萧山 82375582 城西 87091052 丁桥 88257207 富阳 63268260

海宁 89187990 三水 89087576 石塘 87996511 滨江 85387531

余杭 86178119 桐庐 85090162 德清 82090170 桐乡 2169701

南湖 80739599 安吉 87231912 台州 85680172 立案 02461120

恢复跨省旅游、政府补贴、企业赞助、拉动内需、恢复旅游业

泰宁·九龙潭3日 一价全含/无自费 门票全包、2早4正餐 自驾自驾、大巴/高铁 98

河南·少林寺·龙门石窟·云台山·郭亮村5日 门票全含、4早4正餐、双早住宿、大巴/高铁 208

南/北戴河·避暑山庄·泰山·鸽子窝·山海关7日 门票全含、6早7正餐、双早住宿、大巴/高铁 268

5A常州恐龙园*畅玩2日 门票200多超值套票、50多项游乐设施 政府补贴门票全含 268

避暑专线 纯避暑、空气清新、千米高山、逃离空调、自然凉爽、优质房源、保质保量、吃住行一价全含

杭州七里香 4晚5日 599	千米高坪乡 5晚6日 598	口碑石门壩 5晚6日 598	溪山茶竹岭 5晚6日 598	魅力南尖岩 5晚6日 658	嵩特神峡谷 5晚6日 628	石梁宾馆 4晚5日 698	安吉董岭 4晚5日 598
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------	----------------------

礼品馈赠区

湖州含餐1日 29.9	灵山太佛纯玩1日 98	红色毛连里 368	扬州泰州二日 118	黄山山上避暑5日 698	象山渔家乐4日 399
浙江葡萄酒1日 88	马鸣山1日 38	山水乌石村 539	宁海全包二日 188	天台大瀑布二日 268	玉环大鹿岛二日 298
渔人码头1日 58	千灯古镇1日 68	穿石后岸村 499	庆元三日 298	岱山岛二日 268	洞头+福溪二日 258
米果果小镇1日 68	安吉七彩庄园1日 98		仙都三日 298		

海悦自创 西北+甘肃+青海+宁夏环游

甘肃陇南 2880 丝路环游 3080 大西北 2580 东北漠河 3180

北戴河草原 1780 贵州 999 晋陕波浪谷 2080 陕西全景 999

避暑山庄承德内蒙 1780 **贵州纯玩** 2580 **内蒙大草原** 1680 **张家界** 1299