

体育读本

小众运动生态圈



商春松

体操冠军也来练
探索人生另一种可能

首届全国跑酷锦标赛诞生的第一个跑酷女子自由式全国冠军是商春松。

这个在跑酷赛场上的“商春松”是谁？

没错，她正是那个曾拿过全国体操比赛金牌17枚、多次获得亚运会、亚锦赛冠军的著名体操运动员商春松。

体操冠军也来玩跑酷，她说原因很简单：“因为喜欢呀！”

商春松的人生选择很酷。

因为喜欢，她在体操赛场上退役又复出，上了大学又重回体操馆，去年的全国锦标赛还拿下了女子自由操铜牌。今年已经28岁的她被粉丝称为中国版的丘索维金娜，她说：“在练得动的情况下，我会一直练下去。”

这两年，商春松开始玩起了新兴项目——跑酷，粉丝称呼她“兼项女王”。

你是从体操转项跑酷了吗？

面对记者的提问，商春松说，她只是兼项：“周一到周五我还是在体操房坚持体操训练，练跑酷用的都是周末休息的时间。”

跑酷热正在兴起，她说，想在这个年轻的赛场上发掘自己新的潜能，探索人生另一种可能性。

每周要练三四次
杭州六年级女生自带光芒

玩跑酷的女孩真的很酷。

本报记者 看着眼前这个肉墩墩的小丫头，你一定想不到她练跑酷已经三年了，是个跑酷老手了。

王琼 虞籽熙妈妈说，三年前，他们不光没有接触过这项运动，甚至都不太知道这是一项什么运动，报课纯属偶然。

李颖 “三年级时，我们原来在跑酷俱乐部楼图片均由受访者提供球课，那一天刚好下雨了，足球课泡汤了，楼下跑酷的教练就来邀请我们到刚开业的跑酷运动馆上一堂体验课。”就是这么一次偶然的接触，虞籽熙回来后告诉妈妈，她想上跑酷课，从最初的加一门运动课，到三年后，跑酷成为籽熙一直在坚持的运动课。

体操冠军、小学女生、特殊儿童都在练

跑酷让他们看到了他们眼里的光

“这个女孩不是所有报名的孩子中身体条件最好的，但她绝对是进步最快的，因为她是真的热爱呀！”教练赵雪强说。

她有多热爱？

“一年365天，她恨不得天天都来上课。”赵雪强说。

籽熙妈妈笑着说，没这么夸张，“第一年的时候，一周七天我们去四天，一共上7个课时，平时一下课我就去接了她过来练跑酷。周末两天，高年级学习忙的时候，我们每周至少也要去五天，周五晚上会坚持去两次，有时周日还会再加练一次。”

因为女儿喜欢，籽熙妈妈也一度加入了训练的队伍，“大概有一年的时间，我和女儿成了队友一起上课，后来我因为受伤放弃了，但她一直坚持了下来。”但因为这一年的陪伴，籽熙妈妈说，她更能理解跑酷这个项目，“有的障碍，你看着很简单，但其实，当你站上障碍，跨越时真的很难。”

练跑酷三年，籽熙参加过在宁波举办的一带一路跑酷比赛，当时她在10-12岁男女混合组别中拿到了第三名。

自从籽熙练起了跑酷，妈妈成了她的铁杆粉，她的朋友圈里是女儿各种跑酷小视频，三年下来，她说籽熙从原来那个有点怯懦的小女儿，成了一个小小太阳般光芒四射的发光体，“就连家里的亲戚都说，她变得不一样了。”

以前走平路都摔跤
现在是同学羡慕的“空翻小王子”

空翻、倒立、跨越障碍、飞檐走壁，这些大多数人不能完成的“高难度挑战”，你一定无法想象，在位于滨江的杭州跑酷馆里却有一群外人眼中的“特殊孩子”能酷帅地完成。

“这些‘特殊’的孩子，在我们这里有一群，都是家长相互介绍，口碑相传来报名的。”杭州跑酷馆的负责人“狮王”赵雪强向记者分享道，在他眼里，这些孩子是跑酷馆里最闪耀的“明星”，练跑酷后也是变化最大的，“这些孩子大多是感统失调症，父母最大的期望就是他们能和普通孩子一样走、一样跳、一样跑。经过一段时间训练，他们的变化往往大到让周围所有人惊讶不已，‘以前走路都摔跤的孩子，怎么牛得能空翻了！’”

小亮(化名)，就是这些孩子中的一个。

小亮很小时被医生诊断为前庭失调，运动能力差，有时走平路都会摔跤。家人想尽各种办法干预治疗，效果一直不好。

“后来幼儿园的同学介绍我们来试试跑酷。”小亮妈妈告诉记者，一开始连她都不敢相信儿子能完成跑酷馆里哥哥姐姐们练的动作，没想到在教练的帮助下，几个月后儿子不仅能翻越障碍，还能独立完成空翻、前手翻、倒立这些技巧动作，甚至还有了腹肌。

“最大的变化是，我看到了他眼里的光。”小亮妈妈说，那束光代表了自信，“以前他是学校体育课上的困难生，现在什么项目都不掉队，时不时还给同学来上一个空翻耍酷。以前做什么都很胆怯，现在问他‘敢不敢’？他都会说‘我试试’！我觉得这是不断跨越障碍和挑战的跑酷，带给了他最宝贵的勇气和自信。”

杭州跑酷俱乐部负责人赵雪强说，目前，杭州俱乐部的注册会员已近2000人，涵盖青少年到成人。

国家体育总局体操运动管理中心跑酷项目主管马晓雯说，全国光是面向成年人的跑酷俱乐部就有上千家，有上万人在玩，继首届全国跑酷锦标赛之后，全国少儿跑酷锦标赛也进入筹备阶段。

源自街头的跑酷，得到了越来越多的关注。

那么，究竟是谁在玩跑酷？跑酷给他们的生活带来了什么样的改变？



虞籽熙练跑酷三年。

