

为了高考单招,杭州花滑“冰公主”在哈尔滨呆三个月 看亚冬会,吃铁锅炖,过东北年

这个春节,对18岁的高三女孩王培嘉来说,显得格外特别。

作为一名南方花滑运动员,每年王培嘉都会在妈妈张晓莺的陪同下,奔赴哈尔滨训练。为了准备今年三月的体育单招考试,这次“冬训”长达三个月,两人要一直到考试结束后才回杭。

忙训练、看亚冬会、吃铁锅炖,人生中第一个东北大年,杭州“冰公主”安排得满满当当。

旋转、跳跃,然后稳稳落地,冰面上的王培嘉长得娇小秀丽,小小的身体里却蕴藏着南方姑娘的大能量。

2013年,6岁的王培嘉被父母带到冰场,只是因为她从小就比同龄孩子矮一点、瘦一点。希望能激发她对冰雪的喜爱,能玩一下,“多吃饭,长身体。”

从一开始在冰面上一转就吐的入门选手,到如今可以不间断旋转一分多钟的冰上舞者;从首次亮相全国俱乐部联赛就摔了六跤的小丫头,到现在健身房和冰场连轴跑、一年365天训练不断的花滑小将,小姑娘逐渐成长起来。

2020年,王培嘉成为浙江省首位通过国家等级测试步法十级的花样滑冰选手,随后,她也是浙江第一个获得花样滑冰“国家级健将”称号的运动员。

今年,高三的王培嘉站在了人生的十

字路口,她决定通过体育单招,将花样滑冰这一运动带入大学校园。“哈体大、首体大都在志愿上,成为大学生后,我还是希望能活跃在冰场。”王培嘉告诉本报记者。

实际上,虽然每年逆行北上训练,但这是母女俩头一次在哈尔滨呆这么久,甚至过春节,“之前为了兼顾学业,我们多是会暑假来这边。这次直逼零下三十度,接触一个更地道的哈尔滨。”

还未出发前,张晓莺就已经把“小家”打包好了:床上用品、锅碗瓢盆,还有母女俩的生活用品等等。她提前租了个一室一厅的小公寓,四个大快递箱承载了母女俩的所有家当。

年年都来哈尔滨,那想必对这一一定很熟?“并没有,我们在哈尔滨训练其实和上学无异,从早上十点到下午五点,一周七天,基本无休。”张晓莺告诉记者。

即便是春节,嘉嘉也只有大年三十到初二这三天假期,这也是她这么多年来首次有假。冰雪大世界、松花江冰雪嘉年华都上了母女俩的必玩清单。除了玩乐,吃喝也安排上了。为了备考,嘉嘉的晚饭基本没有主食,不过春节期间,张晓莺准备带她去尝尝东北大餐,试试铁锅炖。

幸运的是,今年在哈尔滨训练期间,恰逢亚冬会举办,王培嘉准备和训练的小伙伴一起去现场观看男女单的比赛,“花滑比赛对运动员来说,是常看常新的一个项目,



每一个赛季都会有不同的曲风、不同的演绎,以及会有创新步伐的出现,这次能遇上亚冬会,是很幸运的。”

如果顺利的话,今年,王培嘉将成为浙江第一个通过花样滑冰体育单招进入大学校园的杭州女孩。杭州长大的她也会成为越来越多南方花滑小将坚持的方向和榜样,“我来自杭州,所以有朝一日希望能回到家乡,带出更多的‘冰公主’。”

本报记者 李文瑶

大年初一去撸铁,也是一种年味 坚持28年,这家健身房春节从不打烊



这家健身房的前身是杭州青年会业余学校健身健美中心,在老底子的杭州健身圈“青年会健身房”几乎无人不知。最近两年,老板傅建陈把这里改名为“铁管”健身房,既名副其实又简单直接。

“铁管”健身房位于杭州环城北路喜得宝大楼地下一楼。这几年健身房不好做,可这家半自助的健身房靠着家一样的温暖,以及简单、专业的服务,人气一直很火爆。

这几天,健身房贴出了“春节开放通知”,年初一到初七都不打烊。而“春节不打烊”这件事,这家健身房坚持了28年!

傅建陈对记者说:“健身房开了20多年,大家到健身房锻炼都习惯了,不开门不行的。”初一这天,健身房还将为来锻炼的健身爱好者送上新春的仪式感——蛇年新春大抽奖,已经筹备到的奖品很丰富,有蛋白粉、训练手套等实用干货。奖品来自傅建陈夫妻,有的甚至来自健身房会员。

“我们有个会员叫於敏华,是一家企业的老总,赞助奖品3年了;还有人提供吨吨杯、丝绸围巾……”傅建陈说大年初一来这里出出汗、抽抽奖、见见一起健身的朋友,成了很多人的习惯,“我统计过,初一的人流量反而是平时的七八倍。”

从1997年开业开始,健身房从杭州解放路到丰乐大厦,再转至环城北路的地下

室,成为杭州坚持最久的一家健身房。

这里的器械没有商业健身房那样琳琅满目,甚至都有些年头;这里没有私教课,有什么不会的,傅建陈亲自教,学员之间会互相帮助,是纯粹意义上的“铁管”。

在这里健身消费很简单,月卡150元,年卡800元,这个价格已经坚持了十多年没变。“每年春节期间,来买临时卡的人特别多,25元一次,有的人平时练的健身房关门了,就来这里临时出个汗。”傅建陈说,“以前自己是健美运动员,主要是自己练,现在帮着更多人练,看着他们身材越来越好、生活越来越健康,我们夫妻俩都很有成就感。”

本报记者 李颖 王琼



春节特刊



新春寄语

新年里,杭城健身老炮、体育小将,运动不停歇。

最近几年,“铁管”健身房流行,和一般的商业健身房不同,“铁管”健身房主要提供杠铃、哑铃、壶铃等器械,没有瑜伽、健身操这些团课,训练氛围更轻松更自由,受到健身铁粉和年轻人欢迎。

杭州最早的“铁管”藏在地下室,暖的是,这家“最早铁管”坚持28年,大年初一从不打烊,为杭州人传递特殊的温暖年味。