

心意六合拳： 从漯河走向海外

势如猛虎、拳风猎猎，手眼身法步、精神气力功，节节贯通，一招一式无不蕴含哲学之道，这就是心意六合拳。12月17日上午，漯河市心意六合拳研究会举行了成立十周年庆典活动，心意六合拳爱好者共聚一堂，以武会友。

国家级心意六合拳传承人李迦波告诉记者，心意六合拳在漯河有300多年的历史，近些年来经过不断传承和发展，爱好者遍及海内外，成为漯河的一张名片。

□文/图 本报记者 杨光



心意六合拳爱好者在市心意六合拳研究会成立十周年庆典活动上表演。

易学易练 爱好者众多

12月17日上午举行的庆典活动中进行了换届选举工作，选出了新一届的心意六合拳传承人。现场的心意六合拳爱好者们也以武会友，纷纷拿出绝活。记者看到练习者有老有少，还有不少女士参加表演。

“从中小学生到耄耋老人，都有心意六合拳的练习者。今天来的爱好者中，大部分人都练习了几十年，不仅身体好，也

都充当了宣传员，促进了心意六合拳的发展。”新当选的漯河市心意六合拳研究会会长李建鹏告诉记者，心意六合拳作为我国三大内家拳之一，步法着重稳健坚实，一招一式没有花哨，易学易练，有很强的实战功能，也是很好的健身运动，我市不少中小学在课外活动时进行训练，一些单位、社区群体还当全民健身运动进

强身健体 名播海内外

李迦波告诉记者，心意六合拳是一门古老的拳种，在漯河已经有300多年的传承历史，近些年来经过努力，漯河的传承人整理出了心意六合拳的文字资料和视频资料，并把练法制作成光盘公开发行。漯河市心意六合拳研究会还承担了推广传承工作，来自全国19个省50多个地市的弟子

到漯河拜师习艺，并把心意六合拳传播到各地。

意大利、加拿大、新西兰等也成立了分会，漯河市心意六合拳研究会也经常组织爱好者参加各地交流活动，近几年心意六合拳发展速度很快，在海内外的影响和知名度越来越高，2008年心意六合拳被国

行强身健体。

今年10月份在我市举行的2016年首届国家非物质文化遗产心意六合拳展演大会上，共有4000多名爱好者从全国各地赶来参加，其中国内外参演嘉宾近百人，漯河四高2000多名学生表演的心意六合拳更是成为展演大会的一道靓丽的风景，博得了现场观众的一致好评。

务院批准列入第二批国家级非物质文化遗产名录。

“现在已形成了世界心意六合拳看中国，中国心意六合拳看河南，河南心意六合拳看漯河的局面。”李迦波说，心意六合拳已成了漯河一张名片，通过不断的推广，让更多人了解了中国武术，了解了漯河。

本地播报

河南女排主场零封云南队 “这场比赛打的真中”



本报讯(记者 李林润) 12月17日下午，河南女排坐镇主场漯河体育馆以3比0的比分，零封了对手云南女排。赛后，不少球迷向河南女排伸出大拇指，为她们点赞，“这场比赛打的真劲，看的真过瘾。河南女排这一场真不赖！真中！”

河南女排主教练詹海根赛后表示，这场比赛的前两局河南队都发挥了自己的水平，在第三局的时候河南队的二传遇到了一些问题，比分一直落后，但队员们顶住了压力，最终拿下比赛。“接下来我们还有几场硬仗，我们会继续努力，组织好队伍，打好下面的比赛。”詹海根说。

据漯河体育馆的工作人员介绍，河南队的下一场比赛将于12月20日主场对阵山东女排。届时，广大球迷爱好者可到漯河体育馆观看比赛，并为河南女排加油助威。

周口国际马拉松赛 我市20余名跑友参赛

本报讯(记者 王麓棣) 昨日上午9点，周口国际马拉松赛在周口市体育中心鸣枪开跑，来自5个国家和我国18个省的6000名选手参赛，其中年龄最大的选手75岁，最小的5岁。我市有21名跑友参与了半程和全程马拉松比赛，并且均突破自己的最好成绩。

我市跑友周六就到了周口，18日上午很早就到了比赛地点。并制作了“漯河马拉松跑团”的旗子。全程比赛中，杨光华创造了我市跑友近几年的最好成绩，取得男子组全程第52名的好成绩，并拿到了奖金。“我已参加了三次马拉松比赛，今年这次是成绩最好的，用时3小时16分钟09秒，去年的成绩是3小时27分钟23秒，比去年快了10多分钟，有了很大的进步。”杨光华说，“明年的郑开马拉松我还会报名参加，希望成绩会更好。”

“今天我们参加周口国际马拉松比赛，展示漯河马拉松跑团的良好形象，今天我们的成绩还不错，整个跑团的跑友全都超过了平时的最好成绩。”漯河跑团团长路浪说，“希望引领咱们漯河市市民积极加入全民健身运动，加入我们跑步队伍，跑出健康，跑出快乐，跑出幸福人生。”

体坛趣闻

训练时骑行速度太快 60岁赛车手竟撞死野猪



爱尔兰骑手西恩凯利在上世纪80年代，可以称得上是“骑自行车最快的男人”。在那个年代的环法赛中，他被人们誉为冲刺之王。如今已经60岁的他依然靠骑自行车锻炼身体，而近日在一次训练中，这位老人竟撞死了一头野猪。

当时西恩凯利正在西班牙参加训练营活动，在一段下坡路中，一只野猪突然从路边冲出，西恩凯利躲闪不及撞了上去。失去了平衡的他倒在路边，他与他的爱车都平安无事，但野猪却被撞死了。

据统计，一名职业自行车运动员的比赛时速为40千米，而在下坡路段时，他们的最高时速甚至可达80多千米。

晚综

2016年漯河市“足协杯”落幕 领航者足球队夺冠

□文/图 本报记者 齐放



领航者队与水源地足球队在场上拼抢。

12月17日下午5时40分，随着裁判一声长哨，由市体育总会主办，市体育中心和市足协、北京方特体育文化发展有限公司承办的2016年漯河市“足协杯”足球赛完美收官，领航者足球队最终夺得了冠军。

决赛吸引众多市民观看

当天下午3点40分，争夺冠军的决赛在领航者足球队和水源地足球队之间展开。这两支球队的队员多次参加比赛，经验技术相对成熟，从实力上来说势均力敌。我市足球爱好者也纷纷到现场观战助威。

比赛刚开始，双方队员就进入了状态。开赛刚两分钟，领航者队33号队员王世刚就以头球攻破对方大门，引来现场观众的阵阵掌声。下半场双方队员虽然体力有所下降，但拼抢精神依然旺盛。第17分钟，水源地8号球员楚青山任意球建功，为本队扳平比分。接下来双方虽均有破门机会，但都没能抓住，1比1的比分最终保持到终场。但在最后的点球大战中，领航者队

以5比3取胜，并最终以总比分6比4夺得“足协杯”冠军。

小将亮相赛场成为亮点

据市“足协杯”足球赛赛事组委会工作人员介绍，本届比赛从11月5日开始，全市9支球队进行了七轮共26场比赛。参赛选手达200多人，其中年龄最大的45岁，最小的刚满15周岁。

“无论从技战术水平，还是精神风貌，通过这次比赛，提升了我市足球队的整体素质。特别是锻炼了一批小球员，这在以往是没有出现过的，说明我市足球后继有人，足球小将未来将大有作为。”市足协秘书长张运华告诉记者，本届赛事圆满成功，不但丰富了市民群众的精神文化生活，同时也为广大足球爱好者提供一个切磋球技、提高水平的平台，整体提升了我市业余足球水平。以后通过每年的赛事，将吸引更多的人投入足球运动。

我市足协是全国足协里面第一家实行管办分离的社会组织，目前注册球队15支、球员近420人，拥有亚足联B级教练郑保安和国家一级裁判、河南大学足球专业研究生钱姝羽等一批优秀人才。