

## 全国赛艇高手千岛湖竞渡

# 漯河姑娘吕扬 夺得多项第一



吕扬（左一）和队友登上领奖台。

吕扬提供

本报讯（记者 杨光）12月1日至3日，2018年全国赛艇秋季冠军赛暨第一届全国陆上赛艇公开赛，在杭州千岛湖国家水上训练基地举行。来自北京、天津、河北、山西、内蒙古、辽宁、上海、江苏等25个省区市及海军、武汉体育学院、国家赛艇集训队的专业运动员，在千岛湖畔上演了一场水上的“速度与激情”。

### 斩获多项第一

记者了解到，国家赛艇队队员、漯河姑娘吕扬，在这次大赛中分别取得女子公开级水上12公里赛艇竞速赛第一名，陆上赛艇2公里竞速赛第一名，以及女子双桨个人三项全能第一名。在铁人计划体能大比武

比赛中，吕扬又摘取了女子双桨组个人三项全能总成绩第一名。比赛结束后，吕扬立即随国家队前往美国进行集训，为明年的比赛做准备。

全国赛艇秋季冠军赛是年度常规赛事之一，通常也是一年的最后一场全国比赛。2019年是争夺2020年东京奥运会决赛资格的关键一年，因而今年的秋季冠军赛尤其重要。

功夫不负有心人。这届比赛也给吕扬的2018年画上了一个圆满的句号。

12月4日，记者与刚到美国集训的吕扬取得了联系。

谈及全国赛艇秋季冠军赛，吕扬认为这是一次以赛带练的机会，主要是通过比赛确定下一阶段的训练方式和需要强化的地方。

### 赴美集训仨月

记者了解到，在2018年全国赛艇春季冠军赛上，吕扬取得了全能第一名、女子公开级水上12公里赛艇竞速赛第一名、水上单人2公里竞速第一名、女子双桨组个人三项全能总成绩第一名。

在2018年全国赛艇锦标赛上，吕扬和队友取得了女子四人双桨第一名。

在国外赛场上，吕扬同样战绩不俗，取得了2018年奥地利世界杯第二站女子四人双桨第二名，2018年世界锦标赛女子四人双桨第四名。

“今年的状态比去年好一些。去年全运会结束后，身体比较疲惫，状态不好。今年状态比较稳定，发挥得也不错。”吕扬告诉记者，在美国将进行三个月的训练，主要是以体能为主，为明年的奥运会资格赛做准备。

在美国集训三个月，意味着吕扬无法在春节和家人团聚。对此，吕扬显得比较坦然。

“今年正好是我练赛艇的第10年。这10年间，每个春节我都是在训练场度过。这对我来说已经习惯了。”吕扬告诉记者，所有的一切努力，都是为奥运会做准备。希望在2019年一切顺利，获得参加奥运会的资格。

## 树叶窗贴 美丽环保



银杏叶窗贴。



梧桐叶窗贴。

□文图 本报记者 李林润

12月4日上午，网友“熏熏”在微信朋友圈晒出几张贴有落叶的窗户玻璃的照片，并配有文字：“单调的冬季，用落叶为家里增添一些色彩。”

“挺好看的，我怎么没想到这样弄呢？”“太有才了，晚上回家我也给我家这样装饰一下。”“既环保又美观，不错不错！”网友“米兰”等纷纷留言。

12月4日上午，记者看到网友“熏熏”的帖子后联系了她。她告诉记者，看到地上的树叶，觉得挺好看的，就想着用落叶给家里装饰一下，然后就找了些自己喜欢的落叶，贴在了窗户玻璃上。

12月4日上午10时左

右，记者来到市区黄河路与交通路交叉口附近网友“熏熏”家中。记者看到，她家窗户玻璃上，贴着一片片法国梧桐树叶和银杏叶，叶子大小、颜色各不相同，从远处看仿佛是被画家画到了玻璃上。

“我也就是贴着玩玩，没想到这么多人给我留言问我咋弄的。”网友“熏熏”告诉记者，制作方法很简单，就是找到自己喜欢的叶子后，用清水洗干净，然后趁着叶子上还有水贴到玻璃上。

“之前也会买一些窗贴来对窗户进行装饰，但是那种窗贴好看、不环保。”网友“熏熏”说，她用树叶来装饰窗户，既不污染，还能给家里增添一些色彩。

### 《众人破窗救出两位老人》后续

## “棉袄穿身上，暖身又暖心”

袁洋等四人看望杨德位夫妇

□文/图 本报记者 朱红 见习记者 党梦琦

11月21日，本报05版《众人破窗救出两位老人》一文，报道了市城管局环卫处督察科工作人员袁洋、于峰、邵刚华、王中跃，在夜晚巡查时发现一筒易房失火、两位老人被困，当即施救。因门口被烟火封住，他们徒手破坏防盗窗，成功救出了杨德位夫妇两人。

记者了解到，火中勇救两位老人之后，四人的壮举得到了市民的高度赞扬。人民网、网易、新浪等全国知名网站、媒体转载评论，在社会上引起了强烈反响。在阿里巴巴“天天正能量”第266期正能量评选中，袁洋等四人被评为特别奖。因此，他们4人还获得了奖金。12月4日上午，袁洋、于峰、邵刚华、王中跃四人带着新买的棉衣、米、油等物品来到市区溱河路与燕山路交叉口，看望杨德位夫妇。

“好孩子们，这么冷的天，你们又过来看俺们！”看到袁洋、于峰等4人，杨德位老人连



帮杨德位老人穿上新棉袄。

忙站起来，边收拾地上的杂物，边招呼他们坐下。

“大爷，试试这棉袄合不合身，不中了我拿去换。”将带来的米、面、油等物品放好后，于峰拿出新买的棉衣，让两位老人试穿。

穿上暖和的新棉袄，杨德位夫妇激动地直抹泪。他俩告诉记者，当时被袁洋等四人所救，心里就已经感激不尽。“没想到他们还惦记着我们老两口！这棉袄穿在身上，真是暖

身又暖心。”杨德位老人说。

“能够获得阿里巴巴‘天天正能量奖’，我们4个人都没想到。”说起获奖一事，袁洋、于峰、邵刚华、王中跃4人直言很意外。“火灾发生后，我们来看望两位老人，得知大爷今年86岁，大娘也83岁了，家庭情况不是太好。”袁洋等4人说，他们已经商量过了，这笔奖金会全部用在两位老人身上，他们谁也不要。“今后我们会定期到老人家中坐坐。”于峰说。

## 百名健身爱好者 挥鞭庆协会成立

本报讯（记者 杨光 实习生 李潘）12月4日上午9点，市区淞江路与燕山路交叉口附近的英杨文化体育广场锣鼓喧天，狮子罗汉齐舞，如同过春节一般热闹。记者了解到，这是召陵区100多位鞭陀爱好者的自发组织的活动，为的是庆祝召陵区鞭陀协会成立。

当天上午，除了民俗节目展演，鞭陀爱好者们还纷纷登场亮出绝活。爱好者们手拿长杆鞭，一起用力挥舞，鞭梢在空中发出清脆的啪啪声。

现场最引人瞩目的是63岁的鞭陀爱好者刘夫江，他的鞭是一根37米长的铁链，要想挥舞这根长鞭需要技巧。先把鞭放在地上拉直，把全身的力量集中在上半身，在扭动身躯的同时，双手握住鞭柄用力一挥。随着鞭柄在空中划出一道弧线，地上的铁链如同游龙一般向前移动、蜷曲。最后在惯性的带动下，鞭梢在空中打个

弯，发出一声脆响。围观者纷纷鼓掌。

“甩鞭集健身、娱乐、表演为一体，具有强身健体、祛病益心的功能。”刘夫江告诉记者，他今年63岁，前几年身体很差，简单的活都干不成，三年前练摔鞭，现在身体状况好多了，跟换了个人一样。

召陵区鞭陀协会相关负责人告诉记者，全国各地鞭陀爱好者越来越多，水平也越来越高，各地的鞭陀运动协会应运而生。鞭陀协会的成立将为鞭陀爱好者们提供一个交流、学习、表演的平台，积极弘扬鞭陀文化，助推全民健身，并通过协会约束爱好者的行为，在健身中不扰民。

0395-3139148  
17703950670  
**新闻直通车**  
电话一响 记者到场