

陈氏太极第十一代传人来江南艺术馆传授太极拳 师兄师姐学帮带 快乐太极传爱心



11日清晨6点钟,大部分市民还未起床的时候,一队身穿白色练功服的队伍已早早赶到园周村。他们来自我市城乡各地,迎着朝霞,伴随着音乐,在师傅的带领下,在江南艺术馆前有板有眼地打起了太极拳。

记者 朱青恒 见习记者 高婷婷

太极高手不远千里从东北到永康教学

这支团队的创始人胡银行介绍,2012年他在诸暨认识了陈氏太极的第十一代传人任宝财,在任师傅的影响下,对太极拳产生了兴趣。经过一段时间的练习,胡银行发现身体状态有了很大的变化,人变得有精神多了,连腰椎病、胃胀等老毛病也得到了缓解。于是,他彻底喜欢上了这项运动,产生了把任师傅请回永康,带领大家练拳的想法。

想请任师傅到永康教学可不是一件容易的事。任宝财出生于太极世家,是陈氏太极十一代传人。他13岁开始练拳,至今已有35个年头。他带出的几百

名徒弟,有不少在太极拳上造诣很高。然而,当时任师傅在东北生活,永康的生活习惯与东北也大不相同,任师傅婉拒了胡银行的邀请。胡银行没有灰心,随后一年时间里,他多次邀约任师傅来永。功夫不负有心人,2014年,任师傅终于被他的诚心打动,不远千里从东北来到了永康教学。

任师傅教授的是实用型太极拳,在健身方面有显著效果。他说,打太极拳可以活动关节,增强人体的免疫力,对脊、腰、肩椎患有慢性病的人尤为有用。打太极拳还可以通畅气血,提升人的精气神。

江南太极馆不少成员既练拳又做公益

听说胡银行专程从东北请来了一位太极高手,他的朋友感到好奇,不少人试着跟任师傅练起拳来。每天早晨6点,他们就聚集在园周村江南艺术馆前打太极。一些早起锻炼的人也加入了其中。

跟着任师傅打太极的人越来越多,从刚开始时的十来个人到现在已发展到32名队员。因为在园周村江南艺术馆前练拳,所以他们给这支团队取名为江南太极馆。按学太极拳资历排辈的规矩,彼此之间以师兄师弟师姐师妹相称,师兄师姐乐于传帮带,大家共同进步。

二师兄许安定是一个运动爱好者,以前喜欢爬

山、冬泳等户外活动,为了保护膝盖,他加入了打太极拳的队伍。练了一段时间,周围的人都说他脸色变得很红润,纷纷向他追问诀窍。许安定热情地将打太极拳体会说给他们听。

应巧珍是江南太极馆的元老之一,有20多个师弟师妹。她笑着说:一个太极拳动作要做到位,起码要练上几百遍。进度快的师兄师姐就会自发地教师弟师妹。我们打的是快乐太极、爱心太极,在这个团体中,大多数人都加入了义工团、爱心社、救援会等公益组织。平时,大家除了在一起练拳外,还经常交流做公益的感受,能加入这样的团体,我感到很自豪。

我市第十二届未成年人阅读节在腾龙学校开幕 让新永少年享受阅读快乐

见习记者 高婷婷 记者 杨成栋

13日上午,我市第十二届未成年人读书节在腾龙学校开幕。本次活动由市委宣传部、市文化广电新闻出版局主办,市图书馆承办。

腾龙学校的学生们以读书节为主题组织了丰富多彩的文艺表演:千人诵《少年中国说》弘扬正能量,表达了少年振兴中华的决心;亲子读书会,家长和学生一起朗诵《春》《白雪公主》等名篇;歌舞《游子吟》由同名古诗改编,弘扬传统文化。表演结束后,学生们排着整齐的长队,欣赏由图书馆制作的《永康味道》

传统美食展。

市图书馆馆长徐关元说:腾龙学校主要由外来务工人员子女组成,我们想通过这个方式,让他们感受到永康人的关心和热情,希望不管是本地的孩子,还是外来的新永少年都能享受阅读带来的快乐。

据悉,为纪念我国戏曲家汤显祖和英国戏剧家莎士比亚逝世400周年,本届未成年人读书节以“戏曲阅读经典”为主题。市图书馆还在花街镇尚裘村组织了“送展览讲座到文化礼堂”活动,为村民朋友送上《婺剧脸谱》展览,并向该村文化礼堂赠送了100册图书。

永康护士援非 出版纪实文学

记者 林群心



应春柳(左三)与马里同事合影

在第105个国际护士节前夕,由应春柳撰写的纪实文学作品集《因为有你——中国护士在非洲》由人民卫生出版社出版发行。

该书通过护理人员的视角,反映中国援外医疗队员在非洲工作、生活经历。我市作者应春柳,为主任护师,现任永康卫生学校副校长。她曾在市第一人民医院从事临床护理和护理管理工作20余年。2011年2月,应春柳入选浙江省第22批援助马里共和国医疗队。在援非的两年间,她担任马里医院中方护理总监,从事临床护理、护理管理、护理教育、医疗保健等工作,2013年荣获马里共和国国家级银质雄狮奖章。



螃蟹

大司巷小学四(8)班 胡艺檬 作