

作为选手,她是全国冠军;作为教练,她带出金华首位省冠军 2022年第十七届省运会攀岩赛事将在永康举办 庞冬玲:争取在家门口率弟子夺冠



人物名片

庞冬玲 29岁,曾获得全国大学生攀岩锦标赛女子组冠军。现为一名专业的攀岩教练,连续三年获得省优秀攀岩教练称号。2018年,她培养出的学生夺得省攀岩锦标赛金牌,实现金华市省攀岩锦标赛金牌零的突破。

我的梦

全身心投入攀岩培训事业中,致力培养出更多优秀的攀岩运动员,为2022年浙江省运动会培养出更多永康籍的省运动会攀岩冠军,为培养出永康籍的世界冠军而奋斗。



扫一扫 看视频

记者 卢明

壮丽 年·奋斗新时代 追梦



庞冬玲、蒋伟鹏与学员合影。

15日,永康攀首攀岩馆,一个身影正在一个个岩点上跳跃,稳如壁虎、轻似飞燕。只见她在岩壁上弹身一跃,成功地攀上了另一个岩点。这位在岩壁上飞檐走壁的人正是攀岩教练庞冬玲。

初见庞冬玲,很难想象,外表看上去瘦小的她,竟有如此爆发力。聊起攀岩,庞冬玲有说不完的话,对她来说与攀岩这项运动项目相遇就好像缘分一样,遇上了便是一见钟情。

偶遇 攀岩一见钟情 坚持不懈成就冠军梦

在接触攀岩运动之前,庞冬玲是一名田径运动员。庞冬玲的老家在群山林立的广西,那里有无数天然岩壁,吸引着全国各地的攀岩爱好者前来征服。

高二时,庞冬玲与家人一起外出游玩,看到许多攀岩爱好者在天然岩壁上攀爬,她在一旁看得着迷。不知是谁说让庞冬玲上手试一试,没想到这一试,一颗攀岩的火种便深深植入她的心灵。

第一次攀岩,感觉全身的血液在沸腾,每攀上一个岩点,身体就多了一股劲,更想往上爬。回忆起初尝攀岩,庞冬玲依旧津津乐道,当攀上顶点,那种成就感和自豪感油然而生,我成功了,山峰在我脚下,我征服了它。

系统性地攀岩训练,庞冬玲是大一开始的。2010年,凭借体育特招进入浙江师范大学后,庞冬玲加入了校攀岩社团和校攀岩队。

全国大学生攀岩锦标赛夺冠是大学生攀岩运动员梦寐以求的荣誉。庞冬玲也不例外,为此她做了长远的规划:大一,刚接触攀岩,不适合参加高规格比赛;大二,还在磨炼各种技巧,不一定能取得好成绩;大三,潜下心来精进技巧,可以背水一战。

我很想去完成这个冠军梦。作为一名运动员,庞冬玲表现出了勇往直前的气势。为了备战全国大学生攀岩锦标赛,她省吃俭用,把做兼职赚取的报酬和奖学金全都投入到了攀岩比赛中,通过比赛不断打磨攀岩技巧,积累比赛经验。为此,她连续三个暑假没有回家,留在学校不断钻研攀岩技巧,提升攀爬速度。

成功是留给有准备的人的。2013年,在第十一届全国大学生攀岩锦标赛上,庞冬玲如愿以偿获得女子乙B组攀岩

冠军。站在领奖台上,更多的是欣慰,所有的付出和汗水都是值得的,我也明白了想领略高处的风景,就要咬牙,要不断向上攀爬。庞冬玲说。

致力攀岩事业 培育更多的永康籍冠军

因为兴趣,庞冬玲开始了攀岩运动;因为坚持,成就了冠军梦;因为攀岩,她收获了爱情。2013年,庞冬玲与永康小伙蒋伟鹏走到了一起,并在永康市开办了一家攀岩馆,开始从事攀岩培训。

在庞冬玲眼里,攀岩有着无与伦比的魅力。攀岩可以锻炼人的注意力、集中力、平衡感、身体柔软度和协调感,也有助于提高人的进取心,增加人的自信心。她坦言,担任攀岩教练延续了自己的攀岩梦。

2018年,浙江省青少年攀岩锦标赛上,人民小学的李佐勋在庞冬玲指导下获得了一枚金牌,实现金华市省攀岩锦标赛金牌零的突破。

佐勋能夺冠,我没有太多的诧异。庞冬玲说,李佐勋是一名平时练得十分刻苦,但对攀岩有着浓厚兴趣的学员。刚来岩馆学习时,李佐勋还是一名内向的孩子,不太引人注意。但是李佐勋突破瓶颈期时不放弃的拼劲,让她印象深刻。

进阶的过程,手上的皮会一层层地破,老皮换新皮,新皮再破。看到李佐勋手上的茧子破裂、流血,也没有停下训练,庞冬玲仿佛看到了自己当年为冠军梦而拼搏的背影。2018年的省运会上,李佐勋不出意料地再次夺得金牌,并在今年4月顺利进入浙江省攀岩队。

每次看到孩子从一个娃娃到冠军的加冕,内心十分激动和自豪;训练中每次看到他们哭着还向上爬,我心里也有一股永不放弃的拼劲。庞冬玲说,学生们取得不错的成绩,是对我攀岩事业的另一种褒奖。

2022年浙江省第十七届运动会攀岩项目将在永康市举办,庞冬玲也将担任金华代表队的主教练。

我会全身心投入攀岩培训事业中,把自己所学倾囊传授给学员们,致力培养出更多优秀攀岩运动员,为2022年浙江省运动会培养出更多永康籍的省运动会攀岩冠军,为培养出永康籍的世界冠军而奋斗。对在家门口的战斗,庞冬玲信心十足。

徐美儿获全国 正能量志愿 者 称号

系全省唯一入选志愿者

记者 徐敏

本报讯 13日,阿里巴巴天天正能量寻找正能量志愿者评选活动落下帷幕,全国30名正能量志愿者榜单正式发布。我市第三届道德模范、阳光爱心义工协会会长徐美儿从全国100名候选人中脱颖而出,获得2018年度全国正能量志愿者称号,同时获得10000元正能量奖金。

自3月5日起,阿里巴巴天天正能量联合中国青年报及各地省级媒体,面向全国寻找优秀志愿者。经过网络投票和专家评审环节的激烈角逐,徐美儿获得30张评委票及18895次网友点赞,最终入选全国30名正能量志愿者榜单。

这是一份给予我、团队以及所有公益人的礼物,这是一份给予公益、志愿者、社会服务人士的礼物。由衷感恩,我们在一起,就会了不起!对于这份荣誉的获得,徐美儿充满感恩。

徐美儿坚守公益已经十年。十年来,她坚持为爱赋能,用初心和陪伴为困境儿童撑起满屋阳光。她带领阳光爱心义工协会通过帮困、关爱和陪伴等方式举办各项公益活动,陪伴留守儿童的成长,弥补家庭教育和亲情的缺失。以爱心救助帮扶和志愿者陪伴相结合的方式,解决孩子成长中的需求。

徐美儿带领公益团队每年实施的品牌公益项目“梦想改造家”“阳光庆生”“阳光助学”等,让更多孩子和家庭受益,也引来了省妇联、省妇儿基金会、阿里巴巴公益和都市快报公益等强有力的支持和深度合作,多个项目全国复制推广。她打造的志愿者爱心平台,让志愿者得到了专业锻炼和提升,为民间公益组织志愿者队伍的发展和建设,摸索出一条新路。

公益路上,感恩遇见。徐美儿表示,10年公益路,对她来说,更多的感触是感恩一路相助的每个人、每件事、每一分力量。因为有着爱的汇聚,才有她的存在;因为有着爱的汇聚,才有阳光公益团队的存在;漫漫公益路,带着感恩富足之心,快乐行走。