

广场
小喇叭

帝豪游园晨练站

地址:帝豪游园喷泉处附近
内容:太极拳、健身气功、健身操
负责人:陈玉霞、张焯
电话:13938908260
13903994841

许都公园晨练站

地址:许都公园北部
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李桂枝、周秋芝
电话:13639668923

青少年宫健身辅导站

地址:青少年宫门前
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:孙喜枝、于惠敏、陈彦娜
电话:13782216476

德星健身辅导站

地址:德星路与前进路交叉口东北角
内容:太极拳、健身气功、有氧健身操
负责人:宋四琴、薛芸
电话:13837439673

恒大绿洲晨练站

地址:饮马河东岸(恒大绿洲小区对面)
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李玲珑、裴红霞
电话:15936317790

七一社区健身辅导站

地址:魏都区南关街道办事处七一社区
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李新华
电话:15637444088

千亩游园杏林晨练站

地址:清潒河游园前进桥南
内容:太极拳、健身气功
负责人:高艳青、史淑琪
电话:13803746759

西湖公园东门晨练站

地址:西湖公园东门
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:杜红英、李琳娜
电话:15603896680

祥和游园太极辅导站

地址:许由路与仓库路交叉口祥和游园内
内容:陈式太极拳
负责人:李得恩
电话:18937481117



扫描二维码,观看许昌印象模特儿艺术团的精彩表演。

想秀一秀吗? 请联系我们!
万誉:15939940252
李嘉:18539005599

步态轻盈踩栈道
独特风景美如画

核心提示

旗袍是中国传统女性服饰的代表,它将东方女性的知性、优雅表达得淋漓尽致。护城河畔,和着优美的音乐,一队身着旗袍的女士走起模特步儿,婀娜多姿的身影成为一道美丽的风景线。她们是许昌印象模特儿艺术团的模特儿队队员,都已退休。这支模特儿队虽然成立才2年多,但已经吸纳了20余名队员。她们在欢笑中享受着多彩的退休生活。

□ 记者 李嘉 文/图

组建模特儿队
退休生活除了锅碗瓢盆外还有远方

7月19日7时许,刚刚下过一场雨,护城河里的莲叶上,正上演着“大珠小珠落雨盘”。

附近的木栈道上,伴随着悠扬的旋律,一队身着旗袍的女士正迈着优雅的步伐行进。她们一字排开,手中的纸伞或轻举头顶,或在手中旋转。她们美丽的身影吸引不少行人驻足观看、拍照。

队伍中,排在第一位、身着粉红色旗袍的女士是这支队伍的队长,她叫陈卫华,今年55岁。“我们走模特儿步时,回头率相当高。”排练间隙,陈卫华自豪

地对记者说。

陈卫华介绍,她们是许昌印象模特儿艺术团的模特儿队队员。模特儿队成立于2018年3月,她们平时在许昌体育场练习走秀。

“退休后,我经常在许昌体育场跳广场舞。有一次,我观看广场舞比赛时,一支老年模特儿队表演的旗袍走秀吸引了我。于是,我和几个时常一起锻炼的姐妹商量,打算成立一支模特儿队。”陈卫华说,刚开始,模特儿队队员少,没有专业教练,甚至连活动经费和队名也没有。陈卫华和队友没有气馁,

一点点筹备、一点点组建,并编舞、选服装,决心把模特儿队办好。

“旗袍能展现中国女性的温婉、端庄,具有古典美。很多跳广场舞的姐妹加入了我们。”陈卫华说,这支队伍的成员都已退休,平均年龄在60岁,她的年龄是最小的。以前队员在家里不是操持家务,整天围着锅碗瓢盆打转,就是照顾儿孙,生活单调。她们练习旗袍走秀后,虽然每天在家里还做家务,但精神面貌有了翻天覆地的变化,人也显得年轻很多。

支持老伴儿走秀
老人为模特儿队出力

她们走秀时,一名老汉拿着手机在旁边不停地录像、拍照,并时不时地提醒队员们注意动作,这引起了记者的注意。

“他是队员爱荣姐的老公,叫赵书明。他特别支持爱荣姐穿旗袍走秀,她穿的旗袍都是她老公挑选的。”张卫华一边介绍,一边将张爱荣、赵书明喊了过来。

“我今年68岁了,是2018年10月加入模特儿队的。我感觉跳广场舞太累,走秀轻松一些,就上了‘这条船’。没想到,一开始把我折腾得够呛。”张爱荣

说,刚开始她连基本功都不会,急得想哭,一度要退出模特儿队。“姐妹们一直鼓励我,帮我纠正动作。特别是我老公,坚决不让我退出,逼着我在家对着镜子练习。我用了整整3个月才跟上大家的节奏。现在我走模特儿步很轻松,还能指导新队员。”

“旗袍走秀多好,比在家打牌强。你现在更有气质了,身体也更健康了。”赵书名接过老伴儿的话聊了起来,“我喜欢打鞭子,发现这支队伍后,赶紧喊老伴儿报名参加。我平时会帮大家提音响、搬道具,时常把她们的走秀过

程拍成视频,查找走秀过程中的不足之处。我老伴儿经过这些年的锻炼,变化很大,我必须支持她。”

“家人很支持我们,觉得我们在走秀之后有了好的变化。大家的活动时间是周一至周五的早上8时到9时30分,这个时间段不耽误早上送孙子、孙女上学和中午回家做饭。”68岁的模特儿队副队长陈巧玲说,旗袍走秀不仅治好了她的腰肌劳损,也实现了她年轻时当模特儿的梦想,“试问,哪个女人不爱美呢?”

陈卫华表示,跟年轻人相比,她们的舞步也许不够优美,身材也不够窈窕,可她们用自己的热情诠释了“最美不过夕阳红”。“希望更多的老年朋友动起来,赢得健康和美丽,享受多彩的晚年生活。”陈卫华说。

陈卫华表示,跟年轻人相比,她们的舞步也许不够优美,身材也不够窈窕,可她们用自己的热情诠释了“最美不过夕阳红”。“希望更多的老年朋友动起来,赢得健康和美丽,享受多彩的晚年生活。”陈卫华说。

享受多彩的退休生活
与自信相伴

在这支模特儿队里,追求更高的生活质量、找回年轻时的自信是她们的共识。她们追求的不仅是优雅的外表,还有快乐的内涵。

“我们年轻时苦过、累过,唯独没有美过,现在总想补偿一下,追求美、创造美、享受美。”队员陈玉霞说,大家在家里基本上已经“晋级”为奶奶、姥姥,但她们心态很好,越活越年轻。

“我们这群素面朝天的老姐妹,退

休后又开始学化妆,从描眉、涂粉底到涂口红,淡妆、舞台装样样拿手。”陈玉霞说,闲暇之余,她们经常到游园游玩和走秀。

“刚走秀时,大家感到不好意思,扭扭捏捏,不敢参加表演。现在,我们经常参加市里举行的文艺活动,而且取得了不俗的成绩,还上过许昌春晚。除了旗袍走秀外,我们还编排了汉服走秀。为迎接八一建军节,我们正在排练军装