

因为喜爱 所以坚持



文峰游园舞蹈队正在排练舞蹈《过年了》。

核心提示

在许昌各个广场、游园活跃的团队不胜枚举,每天的锻炼成了他们的必修课。文峰游园,早起锻炼的市民要么跳上一段舞,要么练上一会儿嗓子,文体活动丰富多彩。在游园北侧的一块空地上,文峰游园舞蹈队的队员正伴着音乐翩翩起舞。

□ 记者 李嘉 文/图

建队3年,活跃在市区大小舞台

10月26日8时许,文峰游园北侧的空地上,一队舞者手持红色彩球,在音乐《过年了》的伴奏下翩翩起舞。只见她们手持彩球,随着音乐节奏的变换,队员们的步子和队形也开始变化起来。大家拉着挥舞彩球,迈着轻盈的脚步,一会儿站成一排,一会儿摆出三角形。整齐划一的动作,加上开心的笑容,引得不少路人驻足观看。

“再有两个月就是元旦了,这是我们专门准备的节目,姐妹们练了一个星

期了,效果不错。”文峰游园舞蹈队队长段桂梅介绍,除了《过年了》这支舞蹈以外,舞蹈队还在排练扇子舞《难忘今宵》,“节假日,舞蹈队演出的机会较多,我们总是提前准备好节目。如果节目效果好的话,准备报名参加许昌春晚。”

“时间过得真快,距2017年9月建队已经3年了。”段桂梅说,刚建队时,队员只有几个人,如今已经发展到了20多人。队员年龄在61到67岁之间,入队前没啥舞蹈基础。“我还记得,2017年

年底时,我们鼓起勇气第一次登台参加广场舞比赛,姐妹们高兴得像孩子一样。”

“姐妹们都说一辈子没登上过舞台,没想到老了竟然登上了,从此一发不可收拾,爱上了舞蹈。”段桂梅说,有了初次登台的经验,3年间,文峰游园舞蹈队参加过省、市举办的多项活动,也获得了不错的成绩,社区、养老院都有她们的身影。

曾经的门外汉,已经自编自导10多支舞蹈

文峰游园舞蹈队能够顺利建队,要得益于队长段桂梅的默默付出。“我们队长爱运动,爱交朋友,性格开朗,每一个见到她的人都会被她温暖的笑容感染。”今年67岁的舞蹈队副队长朱玉枝说起段桂梅,一下打开了话匣子。

7年前,段桂梅的锻炼方式还只是散步,从没过还会跳舞。家住罗马阳光小区的她,一出门便是文峰游园。她开始在游园里跟着健身队跳有氧健身操,结识了不少姐妹。

2017年上半年,在文峰游园有一场

广场舞大赛,段桂梅从头看到尾——原来广场舞这么好看,还有这么多种类。她暗下决心,要“转行”跳舞。

“我没啥舞蹈基础,视频就是我的老师。”段桂梅说,她凭着一股坚韧不拔的劲头,“我跟着视频学动作,如果哪个动作学不好,做梦都是它。”

后来,段桂梅拉着健身队里几个要好的姐妹组建了舞蹈队,自己先学会,再教其他队员。慢慢地,段桂梅熟悉了各种舞蹈。现在无论哪个舞蹈动作,她都能像模像样地做出来。不光会跳舞,

她还会编舞。

如今,队员们跳的舞蹈都是段桂梅编的,选的也都是大气磅礴、充满正能量的歌曲,已有《没有共产党就没有新中国》《孝敬父母》《祝福祖国》等10多支舞蹈。

段桂梅选好歌曲后,会把一首歌曲分成3段,动作一段一段地编,大家一段一段地学,一般一周就能学会一支新舞蹈。这样,大家就能温故而知新,学着新的不忘旧的,而且动作也不会有重复的。

带娃奶奶们,跳出不一样的老年生活

大气好听的音乐,教授有方的队长,自然会吸引队员不断加入,华改霞和贾柴就在其中。

“我住在附近,每天晚上都会来文峰游园闲逛。2017年年底一个晚上,我老远就听到音响播放着《没有共产党就没有新中国》,喜欢老歌的我便一探究竟。我走近一看,发现有人在跳舞。”队员华改霞说,她看到领头的队长耐心地给大家纠正动作,语气平和,和蔼可亲,她便表达了想加入的想法,队长毫不犹豫地同意了。

“我也是那时候加入舞蹈队的。我入队后才知道,队员们都住在附近,平时的主要工作是帮子女带孩子。空闲之余跳舞既能锻炼身体,又能陶冶情操,平时大家还会一起逛街、旅游、聚餐,生活不再单调。”队员贾柴说。

刚入队那会儿,贾柴很忐忑,舞蹈动作总是学不会,萌生过退出的想法。段桂梅看在眼里,就不停地鼓励她。就这样,贾柴留了下来。“没想到,六七十岁的我还能学跳舞。记得初次上台时,看到台下人山人海的观众,我紧张得不

行,姐妹们不停地给我鼓劲儿。我上台前一刻腿还在打哆嗦。不过演出结束时,台下响起了雷鸣般的掌声。那一刻,我感到从未有过的满足和自豪。”贾柴笑着说。

“我们爱跳舞,爱生活,因为喜爱,会一直坚持下去,跳到跳不动为止。”段桂梅说,“希望我们队能越来越好,姐妹们身体健康。只要条件允许,我会继续带领姐妹们跳出最美的舞蹈,绽放最美的自己!”



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、张焱
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:李玲琬、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:清漯河游园前进桥南
内容:太极拳、健身气功
负责人:高艳青、史淑琪
电话:13803746759

科技广场365健步走队

地址:科技广场喷泉东侧
内容:健步走、健身操
负责人:赵红云
电话:15565296126

四季漫游骑行队

地址:每周一到每周五从清漯河天宝桥出发
内容:骑行
负责人:白成才
电话:13017598845



扫二维码观看文峰游园舞蹈队队员的表演。

想秀一秀吗?请联系我们!
万蓉:15939940252
李嘉:18539005599