

业余网球手摘得亚运青岛首金

赵蕾:回校执教鞭 粉丝排成队

本报11月25日讯(记者 刘玉彩) 放下亚运金牌拿起教鞭上课,25日,在创造了业余亚运冠军的奇迹之后,本届亚运会青岛首金获得者赵蕾重回工作岗位开始给学生上体育课,并决定开设网球社团,让学生有机会就近领会软式网球的魅力。

上课“低调” 丝毫没有明星架子

跑步、做准备活动、练习篮球、做游戏……记者来到香港路小学时,赵蕾正在给学生上体育课。记者看到,重回学校的赵蕾丝毫不显生疏,铿锵有力地喊口令、认真地带领学生做活动。练习篮球的时候,她将学生分为男女两组,一个个跟学生面对面做胸前传球。有的学生动作不正确,她就耐心地一遍遍纠正。

“老师帮我签个名吧。”在课间休息时间,不少学生“粉丝”拿出早已准备好的本子让这位冠军老师签名,该学校教学楼电子屏幕上时刻闪烁着关于赵蕾夺冠的消息。记者在现场看到,年仅21岁的赵蕾丝毫没有摆谱的样子,和普通老师一样认真地给孩子做指导,一一满足学生签名的要求。经过亚运会半年的集训,赵蕾虽然显得有点疲惫,但她还是尽快地投入到了工作中,



赵蕾正在给学生上课。本报记者 杨宁 摄

希望迅速找回半年前的感觉。“她经常给学生开设一些网球公共课堂,效果都很好。”香港路小学的乔老师对赵蕾这位年轻的同事评价很高,觉得赵蕾是一位朴实能干的好教师。

8岁学网球 能拿冠军很意外

亚运会金牌榜上,中国军团已经拿到了太多的金牌,可这其

中业余选手拿到的金牌并不多。已经有两年教学工龄的赵蕾平时在学校并没有太多练习网球的锻炼。

“一开始并没有想到自己会拿到冠军,觉得能参与就好。”赵蕾说,最初学习网球是在8岁的时候,一位教练到她当时就读的南京路小学招收网球学员,作为一项爱好,她就报名了,不过当时学习的是硬式网球。后来她逐

渐对网球产生了兴趣,并在9岁时参加一项省级比赛时获了奖,家人及老师越来越觉得她有打网球的潜质。2004年,她考入了山东体育学院,转为软式网球专业,正式开始了软网的锻炼。2006年正在读大二的赵蕾参加了亚运会软网比赛,当时她只有17岁,获得女子团体第四名的成绩。毕业后,赵蕾便回到青岛开始在香港路小学做体育老师,因为青岛还没有锻炼软网的硬件

条件,但她还是坚持业余和一些教练切磋,保持良好的打球状态。

赵蕾告诉记者,因为软式网球是非奥项目,没有专业的训练团队,半年前,国家亚运会筹备组找到了她,在学校和教育部门的特准下,赵蕾踏上了亚运会集训的征程。“虽然没有想到能够获奖,但我还是很努力地训练了。”赵蕾说。

“粉丝”众多 她将开设网球社团

“老师,我想跟你学网球,你能教我吗?”回到学校后,赵蕾俨然成为孩子和家长心目中的“明星”,很多学生甚至家长向她咨询学习网球的事情。赵蕾说,软式网球的比赛场地、器材、竞赛规则和技术打法等与普通网球基本相同,因球是橡胶制成比网球轻软而得名。这个项目在中国了解的人少,打的人更少,这次获得金牌让很多人开始认识和关注软式网球,这是让她感到比较欣慰的地方。

接下来,赵蕾将在学校开设网球社团,挑选20多个学生,每周进行训练,让学生从小就养成学习网球的习惯。“只要有学习的兴趣和想法,我都可以收下。”赵蕾笑着说。

2.5亿!沧口废体育场华丽转身

将建成全民健身中心,包括室外主运动场及各类室内运动场馆

本报11月25日讯(文/片 记者 张晓晓) 废弃已久的沧口体育场通过整治将变身为全民健身中心。25日,记者从李沧区获悉,计划投资2.5亿元的原沧口体育场将改造成两万余平方米的综合体育馆,形成集运动场馆、综合商业、休闲娱乐、品质生活于一体的全民健身中心。

25日上午11时左右,在永平路与兴宁路交叉路口的原沧口体育场上锣鼓喧天,彩旗飘扬,十余台大型装卸车一字排开,等待破土动工。“听说这里要改造成全民健身中心真是一件大好事,以后散步、健身都有好去处了。”居住在永声苑小区66岁的吕家敏激动地说,这么多年一直闲置不用有点浪费,他希望建设完工后的健身中心能给附近居民提供一个健康舒适的生活环境。

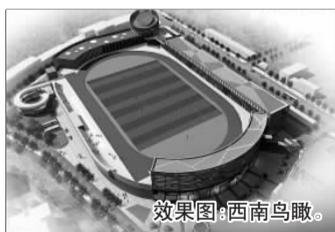
据了解,始建于1957年的青岛沧口公园至今已有半个多世纪的历史,由于各种原因现有的沧口体育场已经基本废弃,体育场内的草坪荒

废,运动设施陈旧,已无法满足周边市民运动健身的体育文化需要。记者从李沧区政府相关部门了解到,李沧区全民健身中心位于李沧区板桥坊旧城改造项目的核心区域,占地5.49公顷,规划建筑面积56000平方米,项目北依娄山、阳河,地处沧口公园以北,永平路与兴宁路交叉路口,是打造板桥新城商业综合体的重要组成部分。项目计划投资2.5亿元,将在原沧口体育场基础上进行改造,形成2万余平方米的综合体育馆,集运动场馆、综合商业、休闲娱乐、品质生活于一体。

“建成后的李沧区全民健身中心将包括室外主运动场及各类室内运动场馆。”项目建设方中联建业集团副总经理杨光向记者介绍,主体育场内可举行区级运动会及各类商务、趣味运动会,以及足球、篮球、网球等运动项目;室内运动场馆则包括羽毛球、壁球、乒乓球、健身、跳操、跆拳道等运动项目,形成青岛北部地区最成

熟、最专业的全民健身运动公园。

全民健身中心建成后市民是否有偿使用?杨经理称,建成后的沧口全民健身中心是一个可供全市民使用的综合性体育活动中心,场馆每天的接待能力在2000人左右,室外主运动场每天对市民都有相对免费的开放时间,而各类市内运动场馆还是以经营为主。“李沧区全民健身中心将于2011年主体完工,由于这里有源源不断的大量国企涌入,很多产业工人都有健身需求,据推算,排除有偿使用,这里能够给四五十万人提供健身便利。”



效果图:西南鸟瞰。

穿袜子能燃烧脂肪? 专家:纯属无稽之谈

本报11月25日讯(记者 苑菲菲) 入冬以来,一种号称能够瘦腿和治疗疾病的“瘦腿袜”(也叫“静脉曲张袜”)流行开来。25日,记者调查发现,大多数“瘦腿袜”包装简单,既没有生产厂家也没有保健或医疗器械批号。市立医院的有关专家表示,能够治疗静脉曲张的袜子都是医用弹力袜,而靠袜子燃烧脂肪基本不可信。

“穿上之后不仅身材立刻变好,还能燃烧脂肪,治疗和预防静脉曲张……”这是台东附近一家小店挂出的广告语。据店主介绍,这种袜子叫做“静脉曲张袜”,穿上之后不但能够让腿围立刻纤细2厘米,还能够促进血液循环,燃烧脂肪,治疗和预防静脉曲张。“别看紧,穿着睡觉都不要紧,非常舒服。”店主称,生意好的时候这种袜子一天能卖出十几双。

记者看到,店主热推的袜子就装在一个透明的塑料袋子里,包装上没有生产商家、材料、功效等任何信息。据悉,该类袜子的主要材料以莱卡、棉纶、锦、钛、银等为主,根据材料不同价格从80—300元不等,比普通袜子贵十几倍甚至几十倍。而袜子的包装有的简单到只有一个塑料袋,稍微贵些的会有一个纸盒子。但不管哪种,记者都没有在上面看到有关功效的介绍和相关的保健或医疗器械批号。

“好的袜子确实能够预防和静脉曲张,不过那都是医用弹力袜,不是随便就能买到的。”对此,市立医院骨科主任医师李维林表示,医用袜虽对静脉曲张有一定作用,但瘦腿是绝无可能,燃烧脂肪更是无稽之谈。此外,张医师还提醒市民,所有具备治疗和保健功效的产品都需要有专门的批号,在购买前要仔细辨别。