



我也

太阳出奇的好,碧云天,一切都是明亮的颜色。如果不是天气预报说,早晨的气温是-4℃,如果不是冷风在呼呼地吹,这里看起来就像是春天。紫金山紫霞湖畔,每天有近200号人来冬泳。在缩在厚厚棉衣里的人看来,这是勇敢者的游戏。他们却会在刺骨的水里向你招招手:“下来,你也行。”



封面故事

“泳”敢者

(一)
上午9:00,紫霞湖边已经聚了不少人。有的刚从水里上来,正在亭子里晒太阳、聊天、吹吹笛子。有的刚到,正在“一二一二”地进行下水前的热身运动。

“紫霞湖湖水6℃,比昨天冷两度。”75岁的钱荣根师傅刚刚到,就有人向他汇报。他是这里的老运动员,所以大家都认识他。钱师傅看起来相当年轻,当年决定来冬泳是迫于无奈。由于脑缺氧,1996年,钱师傅曾出现半身麻木、走路不便的症状,甚至丧失语言功能。“经过高压氧舱的治疗,病情有所好转。但医生说,你就只能这样子啦,毕竟是

生过病的,不可能恢复到以前样子。‘我不信!’

听一个冬泳的朋友说“冬泳好,治百病”,钱师傅便心动了。这一游就是10年。钱师傅说,以前一年4个季度有1个季度在感冒,而这10年,感冒从没来找过他。“虽然冬泳不能治百病,但却会让人‘上瘾’,那是好的瘾,身体好,精神好!”钱师傅说,去年下雪时,他们很多队员游完之后光着膀子在雪地上打滚,“老夫聊发少年狂!”

这10年,钱师傅眼看着冬泳队伍从最初的十几号人发展到了现在的几百人,他高兴极了。“冬泳最好天天来,要不隔了几天

不来就容易怕冷,很容易当逃兵。冬泳是个循序渐进的过程,不是开玩笑,更不能胡来。”钱师傅说,常常有小青年路过这里,看他们一群老头老太太冬天泡在湖里,很不服气,便也比试比试。今年初,就有两个小伙子,不听劝,潇洒地纵身一跃,才下水便急急地高呼“救命”,后来还是被老钱他们几个给拖上来的。“借别人的毛巾裹着,抖了半天才缓过神来。”

冬泳队里还有不少女队员。“都是被我家那位拉下水的!”一位刚上岸的老太太不好意思地解释。她笑着说:“我们这里有一对80多岁的老夫妻差不多天天来游,老太还是4年前才学会游泳的呢。”



热身再热



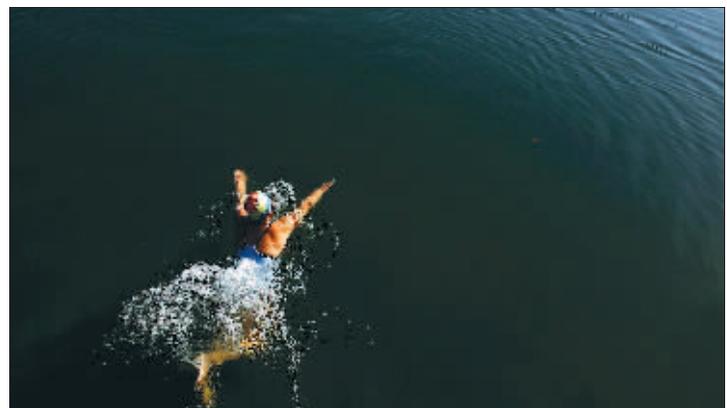
先扎个猛子

(二)
“陈曙,你怎么才来,就等你来表演啦。”远远见一个戴着帽子的大高个儿走过来,正在闲聊的几个人大声招呼起来,“陈曙,过来!跳几个让我们开开眼界。”

“等着!”陈曙大声应着。队里的老师傅们告诉记者,因为陈曙跳水跳得比较漂亮,“够炫够酷”,很多冬泳的队员都要看完了陈曙的“压轴表演”后,才算结束一天的冬泳训练。

和其他人不一样,陈曙喜欢“透心凉”的感觉。他脱掉上衣后并没有急着下水。戴着皮手套光着膀子在亭子周围晃荡了两圈后,又在边上的青石板上躺下。湖面上有风,风吹过时凉气直往脖子里灌,可陈曙似乎不怕冷。

在石板上躺了半小时直到身子通红后,陈曙站了起来。(下转 B6 版)



快报记者 顾炜、黄卓琳、文

游个来回,小意思

现代快报 96060
讲真话 办实事 树正气

卫岗健康休闲总动员
读快报 新闻早知道

健康读报套餐 省15元
卫岗乳品(半年180元) + 《现代快报》(半年75元)
原价255元 现价240元

订购卫岗乳品(07全年360元) 可获玄武湖公园年票一张

活动区域:南京市社区订奶网络
截止日期:2006年12月31日

南京卫岗乳业有限公司 卫岗乳品服务热线:025-84433114