



春暖花开,风和日丽,正是出游的好时节,昨天上午,南京市灵谷寺山门前游人如织。十点钟,一群身着运动服,步履矫健的游人引起了记者的注意,中国体操队主教练黄玉斌带领着中国体操梦之队出现在人们的视线中,这支重量级旅游团的出现立刻引发了人群中一阵骚动,很多人开始交头接耳,互相传告,胆子大的就拉过来一两个小队员合影留念。



中国体操队队员游中山陵,成了另一道风景。 快报记者 顾炜 摄

中国体操队紫金山一日游,也练了一天 中山陵392级台阶,50分钟上下三趟

第一站:灵谷寺 爬塔跟飞似的

见到这种阵势,记者立刻凑上去和黄玉斌搭讪:“你们今天怎么想起来到这里玩啊?”

“玩?”黄导一脸严肃,“我们可没时间玩啊,这是在训练呢?”

这下记者就更糊涂了,原来,前天来到南京体育学院后,体操队一直在室内做常规训练,昨天趁着好天气,队里决定改变训练地点,到这里旅游兼训练一下。“这里风景和空气特别好,带他们来也可以调节一下训练的紧张气氛,下午我们还要去爬中山陵,训练强度不会比在室内小哦。”看来,真正训练的重头戏在下午了,不过,上午的“训练”也不轻松啊,没多久,大家就到了灵谷寺的九层塔下,黄导一声令下,队员们二话不说就开始攀登了,本以为不过是爬九层楼的事,没想到事情没那么简单啊,体操队的健将们一个个都跟神行太保似的,嗖嗖地就窜没影了,只留下一串爽朗的说笑声,记者只得快步跟上,不想这九层塔的楼梯是倚着塔中心的石柱而砌,环绕而上,快速转了几圈后,记者就有些晕得找不着北了,当记者来到塔顶时,他们已经在享受征服九层塔的喜悦,队员们三三两两地开始合影,有几个队员甚至兴奋地向着脚下的一片苍翠绿海大声欢呼,走近一看,原来是南京籍的奥运冠军肖钦,肖钦在体操界有“小马神”的称号,他高质量的鞍马动作堪称一绝。此时,有队友手指塔边沿的石护栏调侃肖钦:“来,在这个上面表演一个鞍马!”大家都大笑起来。

第二站:海底世界 累了干脆坐地上

下了灵谷寺,很多体操队员都被游客认了出来,“哎,这不是杨威吗?”一位大姐认出了体操队的“大哥大”杨威,便立刻凑上前:“冠军,我们能合张影吧?”杨威微笑着爽快地点了头,尽管主教练黄玉斌岁数大了,但人气一点也不输给队员们。“黄导,我们能合张影吧?”一位拿着相机的男士立刻与黄导站到了一起,黄导微笑着与他来了一张,有了第一个吃螃蟹的,其后很多游客都争着要找黄玉斌合影。其实,这次来玩,黄玉斌自己也带着相机,还很专业,给每个队员都留下了照片,队员们摆的POSE把他逗乐了。

出了灵谷寺,接送的小巴士已经在等着队员们了,他们赶紧上车赶往下一站海底世界。围着珍奇的海洋动物,队员们都非常好奇,一边欣赏,一边看介绍。“这个鱼,我以前好像在哪里见过,好像不是这个颜色。”一队员说道。走了一圈,很多队员似乎有些累了,几个人走出海底世界,一屁股坐在了外面的石凳上聊了起来。

下午3点,得知体操队动身去中山陵的消息后,记者立刻赶往现场。只见体操队员们正在中山陵的阶梯上跑着,还互相鼓励着,游客们都好奇地看着体操队员们,甚至还有有人给他们鼓起掌来。

大约五分钟后,在半山腰记者遇见了略显疲惫的他们,“累吗?这可是392级台阶啊,你们跑得真快。”记者问一队员,他回答说:“还好啦,主要是拉了体能。”

不一会,记者遇见了体操队的领队张佩文,他告诉记者不是专门来玩的,这是训练。“你们上下一趟很快啊!”听到记者的感叹,张领队瞪大了眼睛:“一趟?!那还叫训练啊?上下一趟?!而且是跑上跑下。”记者粗略计算了一下,中山陵共有392级台阶,上下三趟总共就是2352级台阶。这还真是很

大的训练量啊。一劳气喘吁吁的滕海滨告诉记者,“今天下午的训练强度比在体院要大,教练一声令下,大家就先恐后地往上跑,后面还有教练赶着,跑慢了少不了一顿骂啊!”

领队张佩文说,户外训练可以锻炼队员们的体能和力气,中山陵这个天然训练场的环境非常好,这趟来可谓寓教于乐。

刚刚结束训练,不少队员就陷入了游客们的包围圈,一位王女士更是热情地拉住了肖钦留下宝贵的合影,家住鼓楼的王女士告诉记者:“我最喜欢看体操当中的鞍马,今天和同事来中山陵玩,没想到刚进门就遇见了自己的偶像小马神肖钦。”在目睹偶像离去时,王女士不禁激动地喊:“加油啊,2008年奥运拿冠军!”

第三站:中山陵 五十分钟来回三趟

向不远处望去,肖钦在体操队大部队中最为显眼,只有他还穿着灰白色的大棉袄,下身配了条红色运动裤,和以往一样,还是那个短短的发型。在国家体操队中,只有肖钦是地道的南京人,5岁的时候他便在中山东路体校练起了体操,9岁那年离开了家乡南京,去了八一队。

“肖钦!”记者远远地和他打招呼,他转过头来,笑了。“南京怎么样,空气很好吧!”记者问,“呵呵,回家感觉很亲切啊,好久没回南京看看了。”

“奶奶还好吧,去看奶奶了吗?”刚来没几天,还没抽出时间,一定要去看看奶奶



体操队员在选购纪念品 实习生 刘元臻 摄

肖钦回家,惦记着奶奶



肖钦与快报记者合影

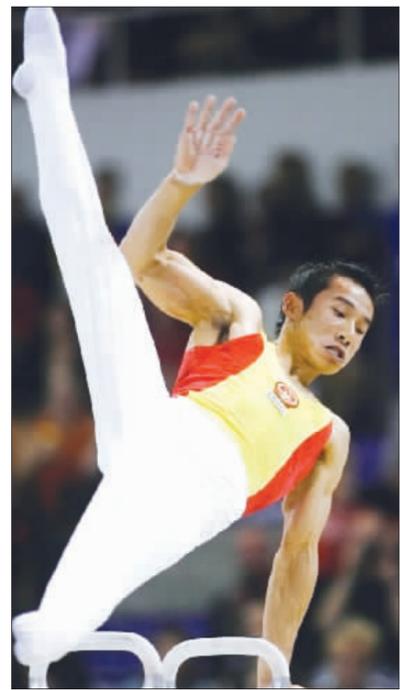
南京昨天风和日丽,踏着春天的脚步,来灵谷寺游玩的游客不少,尽管才上午9点刚过。

聊着聊着,体操队已经来到灵谷塔下,看到塔四周“精忠报国”四个字时,肖钦笑着说:“蒋介石的字还真写得不错。”不一会,体操队员们开始爬灵谷塔了,到底是运动员,肖钦5分钟不到就登上了灵谷塔。“南京真的很美,好久没有感觉这么放松了。”登塔而望,肖钦感慨万千,“看来,体操队选择我的家乡集训真是对了,来这里心情就是不一样。”肖钦憨憨地笑了。

走下塔,肖钦跟着大部队在灵谷塔内转了转,还留下了许多照片。和记者聊天,肖钦说的是一口标准的普通话,“南京话还会说吗?”记者问道,肖钦笑了,“还会一点吧,从小就离开了,现在忘得差不多了。”不过,肖钦倒还惦记着家乡的美食,“我最喜欢吃烧鹅,北京也有,不过我觉得

还是南京的好吃,每次回家奶奶都会买给我吃。”

本版撰文 快报记者 吕远 实习生 刘元臻



肖钦在比赛中的英姿

大型建材家居连锁超市

家居乐 Homelike

TOTO 全场特卖 家居乐独享

同类超市同期最低价

你开始洗了吗?

TOTO 卫浴套餐: CW3545USW784R + TCF6231CS 3400元

TOTO 座便器套餐: CW3040R13065W804R + TCF671RCS 3788元

TOTO 浴缸套餐: LBV1510P + DM309CMF 2270元

TOTO 浴室三件套: CW7450USW784R + LW546R + DL316 1699元

家居乐超市 服务热线: 8008289386

家居乐装饰公司 龙都店咨询热线: 84684046 84684047

家居乐装饰公司 金陵店咨询热线: 86469542 86469543

TOTO 卫浴 彩虹天厨柜 名品专场会

搜遍全城,独家底限,仅在家居乐!

家居乐携手知名品牌TOTO、彩虹天展开南京最盛大的品牌促销活动,4月7日、8日,两大品牌名品专场特卖会邀您共赴盛典。

彩虹天厨柜

全场特卖,同时享受购买德意、苏泊尔、天际星电器75折优惠。(指定套餐)

捷安特 电动自行车 电动车 登顶的选择

购车成为轻松

捷安特自行车 电动车 登顶的选择

捷安特电动车 LAFREE432

购车赠厚礼 购公路、山地车赠高级捷U防盗锁

第四届 江鲜野蔬美食节

中餐:7.8折 晚餐:8.8折 自带酒水不享受优惠

特邀资深江鲜烹制大师 亲临献艺

江老大大渔馆

订座电话: 025-83345757

地址:南京中山北路281号(原哈尔滨路口) 电话:025-33421799

refine 瑞风祥和 rein 瑞鹰 联袂上市

商道并驰 赢在路上

祝贺江苏苏物“瑞风祥和”3月27日新车上市圆满成功!

新店新标向 实礼显实力

瑞风系列车型亲送现金大礼包活动开始了!

垂询热线: 025-58833567 025-58826567

活动时间: 4月1日--5月1日

瑞风系列车型亲送现金大礼包活动开始了!

垂询热线: 025-58833567 025-58826567

江淮瑞风江苏苏物特约销售服务店

专卖店地址: 南京市中山北路607号 销售热线: 025-58833567 58826567