



参加海选的“舞林高手”

# 舞林高手 遇上 武林高手

## 快报社区春晚海选又有新看点

由现代快报联合银城地产、朝中食品、小贵宾郎酒举办的寻找“江宁舞林辣妈”暨首届社区春晚明星海选活动,上周六来到雨花台区花神庙社区阅城国际小区。这一次,“舞林高手”遇上了“武林高手”,精彩表演让观众大饱眼福。

现场,免费的法律咨询、健康检查、修伞、磨刀、手机贴膜,以及上门订2015年现代快报等便民服务,同样受到居民欢迎。现代快报·康宝莱小记者也在现场认真地记录这场活动。

现代快报记者 钟晓敏 仲茜 吴頔



“武林高手”也加入海选 本版摄影 现代快报记者 施向辉

快报·欢乐社区行

银城地产 朝中食品

## 广场舞、民族舞,欢乐跳起来

花神庙社区“花神艺术团”作为东道主,准备了3个节目参加海选,分别是藏族舞《雪山姑娘》、彝族舞《幸福山歌》和广场舞《舞动中国》。

团长刘清云介绍,“早几年还没有广场舞这个说法,就是喜欢舞蹈的人聚在一块跳一跳、乐一乐。”2009年,花神庙社区成立“花神艺术团”,将社区分散的团队整合到一起。

能歌善舞的刘清云,成了团长的不二人选。这些年,艺术团队伍不断发展壮大,有老年模特队、葫芦丝队、服饰表演队等17支队伍,近百名队员。

歌曲响起,“花神艺术团”带来热门广场舞《舞动中国》。平均年龄

55岁的阿姨们手拿彩球,边跳边喊节拍,非常有活力。一曲舞毕,她们又换上美丽的藏族服装,跳起热情的舞蹈《雪山姑娘》。随后,又带来了一支彝族舞《幸福山歌》。

“如果海选成功,我们会有更多精彩节目展示给大家。”57岁的高阿姨透露,艺术团排了许多民族舞。

## 85岁大爷耍九节鞭,身手敏捷

本场“社区春晚”海选,不仅吸引了“舞林高手”,还来了一群身手不凡的“武林高手”。他们都是鼓楼区老年武术协会的会员,组团来参加海选。

32位武术表演者使出浑身解数,“十八般兵器”耍得有模有样。太极拳、太极剑、木兰拳、木兰扇,刀枪棍棒、剑叉钩戟……一个个武术节目让观众们直呼过瘾。

年纪最大的表演者何开富今年85岁了,他不仅会太极、散打、南拳套路,还会耍大刀、挥九节鞭。《中国功夫》节目一开场,老人率先登台,双手挥舞着串满铃铛的九节鞭,花式抛接,动作变化快速,身手敏捷,将舞台气氛推向高潮。

“老爷子太厉害了!”大众评委、来自南京体育学院民族传统体育专业的大学生郑天伦告诉记者,

兵器里最难掌握的就是九节鞭。“有九个部分,变化很多,套住东西需要很大力气才能拽回来,弄不好容易伤到自己。”

对此,何开富坦言,他练习九节鞭受过很多次伤,“手臂上、脚踝上,都有伤口。”不过,老人坚定地说,“既然练了就要练好。后来有人给我支招,用绳子拴着沙袋做道具,先练习动作,顺手了再换真的九节鞭。”

## 别看太极节奏慢,打完一身汗

鼓楼区老年女子武术队长王剑英,带领姐妹们登台表演了太极剑、木兰扇,“这两个节目不仅展现了武术的魅力,还透着舞蹈的优美。”王剑英介绍,为了参加此次海选,她和姐妹们精心编排,使得原本较为单一的武术套路更富有表演性、观赏性。“我们做好了充分准备,要直通快报社区春晚!”

别看太极拳、太极剑节奏慢,但王剑英打完一套,后背已经汗湿

了。从小习武的王剑英告诉现代快报,“太极拳刚柔并济,虚实结合,要把一套42式太极拳的每个动作做到位,腿部、腰部力量做足,运动量是很大的。”

58岁的张允珍和63岁的邵霞对此也深有体会,练拳10多年的她们介绍,太极拳加上挥剑动作,对身体平衡能力、柔韧性的要求就更高了。例如望月平衡、震脚刺剑、独立上踢、转身挂剑、并步点剑等,要

把动作做到位,就需要锻炼腿部、跟腱、胯部和手臂的力量。

大家对练习太极拳的好处赞不绝口。“我练了10多年,很少生病。体检时医生说我的心率、肺活量比年轻人的指标都好。”王剑英表示,练太极拳不仅锻炼了身体,还能训练记忆力。“要学一整套拳术套路,得坚持好几年,每天不停练,真是拳不离手,不然过两天就忘了。”

## 便民

## 修伞、磨刀摊位前,居民排起长队



师傅免费为居民修伞

节目很精彩,服务也非常贴心。20多位身穿红马甲的大学生志愿者,分别来自河海大学和南京工程高等职业学校。南京工程高等职业学校的大学生志愿者为大家提供手机贴膜服务,而河海大学的同学们则带着孝心宣传手册、“新24孝”宣传画和小礼品,向居民宣传孝老爱亲的传统美德。

中华门社区卫生服务中心的医生,为居民们免费测量血压、测量血脂,受到大家的欢迎。解放军第454医院中医专家诊疗中心副主任医师赵仁广一落座,就被居民们围住。有人咨询颈椎病,有人想

了解肩周炎、关节炎、腰椎间盘突出等问题,赵医生一一耐心解答,并给出冬季养生建议。

钟山明镜律师事务所陈俊、杨娅、张寿辰等5位律师,为居民们提供法律咨询服务。此外,南京监狱的狱警以案说法,进行普法宣传。

到中午12点,还有很多人在排队等待修伞、磨刀。“家里伞坏了、刀钝了,都没地方修。”王先生说,快报组织老艺人进社区免费为大家服务,很贴心。两位师傅表示,要帮最后一位居民修好伞、磨好刀再走。

## 花絮

## 品着小郎酒,跳起欢乐舞

上周六上午风不小,但为了表演效果好,很多参与明星海选的演员衣着单薄。来自四川郎酒集团的醇正兼香型“小郎酒”在现场发挥了作用:不少演员在表演前喝上一杯“小郎酒”,让身子暖起来。

“这酒真是好,不愧是老牌郎酒酒厂生产的,刚喝下去的时候不冲人,还有着越来越明显的回甘。”参加海选的刘叔叔在跳舞前喝了几口“小郎酒”,做出这样的点评。

据现场的工作人员介绍,“小郎酒”全名小贵宾郎酒,由于它创造性地将瓶口设计在酒瓶左侧,因此被人叫作“歪嘴郎”。“歪嘴郎”目前在四川和重庆两个地方特别

受欢迎。在吃火锅时,人手一瓶,如果是十来个人聚会,那更是要成箱地往就餐地点搬“歪嘴郎”。小贵宾郎酒随身携带方便,干“瓶”时也更衬出豪爽,二两装的设计刚好适合一个人的佐餐酒量。”工作人员介绍,“小郎酒”浓头酱尾的香型让人有种“一箭双雕”的满足感,既有浓香口感,又能在饭后获得持久的回甘。

## 小记者跑“春晚海选”,爷爷奶奶点赞

现代快报·康宝莱小记者,在社区春晚明星海选现场忙碌着。

11岁的小记者胥纪涵向表演者提问:“奶奶您好,您刚刚表演的武术,我在电视上看过类似的,但是你们的表演和我看的不太一样。你们表演时,后面有人打鼓,旁边还有人舞剑,请问这是你们自创的节目吗?”小记者观察得很仔细,她的提问让爷爷奶奶刮目相看。“这个问题好,我们表演的是一个组合,将木兰拳、木兰剑等武术表演融合在了一起,是一个组合型的武术表演。鼓声让我们的武术表演更有精气神,所以取名叫《木兰魂》。”

采访之余,胥纪涵还积极参加现场互动,给大家留下了深刻印象。



小记者采访演员

