



5月19日上午,由现代快报联合雨花台区体育局举办的“健康江苏,全民健身——2017广场舞邀你秀”活动,在南京市紫荆广场正式拉开帷幕,这是现代快报连续第三年为大家搭建广场舞交流比拼的舞台,来自雨花台区的12支参赛队伍亮相首场海选比赛。梅山街道老年大学广场舞队《梨花情》、赛虹桥街道俏夕阳艺术团《草原祝酒歌》、板桥新城莲之韵艺术团《新沂蒙山小调》……音乐响起,跟着节拍动起来,舞者们脸上绽放的笑容,温暖整个广场。

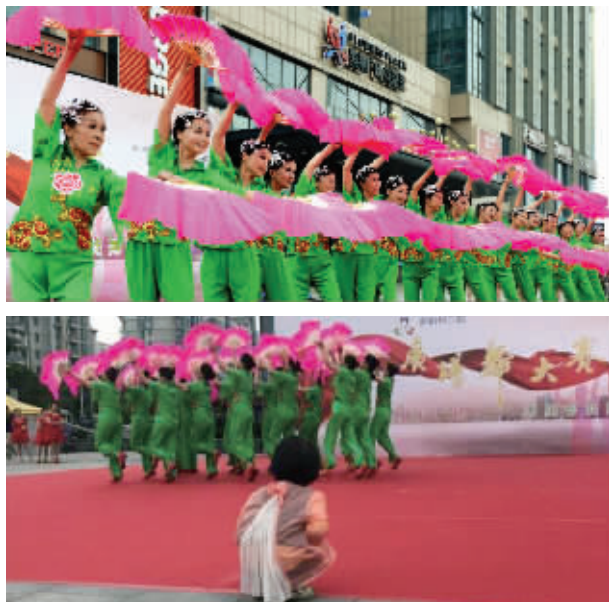
现代快报/ZAKER南京记者 仲茜 刘静妍 郝多/文 牛华新/摄



扫码回看直播

一群老男孩跳广场舞,比大妈更嗨

“2017广场舞邀你秀”昨进行首场海选,两支参赛队伍脱颖而出



脱颖而出的老男孩健身队(左图)、俏妹子健身队(右上) 小宝宝看比赛看得津津有味(右下)

首场海选

“只要有广场,哪里都能舞”

“不限年龄、不问舞种,只为喜欢广场舞的你,搭一个舞台,邀请各路舞林高手,相聚在一起,跳出快乐,跳出健康。就像我们广场舞大赛的宣传口号一样——‘只要有广场,哪里都能舞’。”现代快报副总编辑梁波在开幕式上致辞。

本次一共有12支参赛队伍,成套动作满分为100分,其中编排为50分、完成为50分,裁判长对比赛过程进行全程监控。最终,雨花街道老男孩健身队的《万事如意》、雨花街道俏妹子健

身队的《溜溜的康定溜溜的情》脱颖而出。

截至当天下午,ZAKER南京网络直播共吸引近3万网友围观。“专业、精彩!广场舞跳出了国际标准”“大妈大爷的神态写满了幸福”“老男孩儿简直是广场舞界的一股清流啊”……网友们边看直播边点评,甚至有80后表示,看了比赛竟然有点想快点变老、加入广场舞大军的冲动。

好消息是,目前报名仍在进行中,接下来还会有海选等着你,快加入吧。

老男孩队

组建队伍虽不易,但跳舞后身体变好

说起广场舞,一般人印象中都是大妈在跳。可在比赛现场,一支纯爷们儿队伍吸引了不少人围观。这群大爷穿着鲜艳的黄绿色队服,个个化了妆,让人眼前一亮。“我们的队伍叫老男孩健身队。”队长王兴才告诉现代快报记者,他们目前有15名男同胞,平均年龄66岁,最大的71岁,最小的61岁。

“组建这支队伍真是不容易。”王兴才说,他以前在部队干过文艺工作,队伍里也有几个都有“文艺底子”,但起初大家都突破不了心理障碍,“最开始都不愿意参与。”5年前,南京市老年体协要求各个区组建一支男同胞的广场舞队伍,把大爷们从麻将桌上“拯救”出来。“老年体协的一名负责人,别说三顾茅庐了,五顾茅庐都有,来我家做我的思想工作。”回想当年,王兴才笑着说,“最后弄得我不好意思,就说先去看看吧。”

这一看,王兴才就成了队长。怎么把队伍组建起来?别人动员自己有多难,自己动员别人就有多难,轮到去做别人的工作时,他也是讲到口干舌燥,结果是10个人里有8个拒绝了他。“很多人都是抹不下面子。我一个老同事说,男同志跳什么舞,这是娘们儿干的事,你跑去凑什么热闹?”

不过,令王兴才欣慰的是,队员们不再在乎外人怎么看,大家的精气神、身体也都随着跳舞越来越好。“每天上午7点-9点,在雨花广场跳两个小时,风雨无阻。”王兴才说,自己原来有糖尿病,现在血糖也降下来了。对于广场舞,他的感慨颇多,“老人不能蜗居在家里,一定要走出来,大家一起跳跳舞,交流交流,精神好了,身体也健康了,感觉很爽。”

小小舞者

边看表演边扭屁股,奶娃娃也嗨起来

广场舞比赛一开场,整个紫荆广场上的人都成了“粉丝”,有的是关注现代快报的活动预告专程赶来的,有的是碰巧路过,被现场氛围吸引而来。

一位头发花白的老奶奶站在舞台边,紧跟着节拍左右摇摆着,她怀里的小孙子被奶奶的臂弯托得高高的,小朋友四处张望着,一脸陶醉其中的表情。现代快报记者上前一问,这位奶奶也是一位广场舞爱好者,因为白天要带娃,无缘这次比赛。不过,她平时也会抽空去跳舞,一听到音乐就会情不自禁地跟着跳起来。

来“助阵”的奶娃娃真不

少,倒成了舞台一侧一道亮丽的风景线。现场停着10多辆婴儿车,车上都是牙牙学语的小宝宝,他们坐在婴儿车里,一边吮着奶瓶一边观看表演,个个露出萌萌的笑脸,像是在为爷爷奶奶们加油点赞。一不留神,几个会走路的小宝宝不由自主地冲到舞台前,学着舞台上奶奶们的样子,跟着节拍大方地扭扭屁股挥挥手。

“宝宝们太萌了”“50年后,这些就是广场舞的主力军啊”“不愧是奶奶带大的,从小感受舞蹈艺术与体育健身的魅力”……直播评论区,不少网友被广场舞宝宝们圈粉。

报名须知

比赛时间:5月中旬至7月
每队参赛人数:8-16人
报名通道:现代快报热线:96060

官方微信平台

1.新用户关注“现代快报”官方微信,获取报名通道;
2.老用户回复“广场舞”,获取报名通道(扫左边二维码)ZAKER南京报名(扫右边二维码)
现场报名:南京市洪武北路55号置地广场现代快报602室、秦淮区仙鹤街96号金铂利口腔医院



现代快报官微 ZAKER南京报名通道

奖品设置

一等奖 1个 3000元/队 4万元种植体基金/队 价值1980元品牌蚕丝被/人;
二等奖 2个 2000元/队 2万元种植体基金/队 价值398元枸杞原浆两盒/人;
三等奖 3个 1000元/队 1万元种植体基金/队 价值200元礼品/人;
人气奖 1个 1000元/队;
决赛入围奖 500元/队;
参与奖 每人健康礼包一份
(最终解释权归现代快报)

主办单位

现代快报社 南京市雨花台区体育局
全媒体支持:ZAKER南京
特别冠名:金铂利口腔
协办:南京医科大学邦德骨科医院 寿仙谷药业
特别赞助:南京卫岗乳业有限公司

全口无牙 能不能做种植牙?

种植牙因为功能和外观都与真牙相似而成为修复缺牙较为理想的选择,但是长久以来人们对于种植牙还不太了解,不少市民都疑惑,全口或者半口这样的大面积缺牙能否做种植牙?对此,金铂利口腔的韩相国表示,能否做种植牙与缺牙面积并无必然联系,而是与口腔及身体健康状况相关。首先牙床骨的宽度和高度必须符合种植条件;其次患者身体要健康,如口腔软组织无明显炎症、血压血糖等在健康范围之内;第三骨质层不能过于疏松,否则人工牙根无法与牙槽骨紧密结合。前两种情况都可通过后期治疗和控制达到符合做种植牙的条件,但是如果骨层过于疏松,那么建议放弃种植牙。

还有不少患者疑惑,全口或者半口的大面积缺牙,做种植牙费用会不会太高?对此,韩相国解释说,全口种植并不是缺二十多颗牙就得种那么多,对于全口或半口缺牙的人群是有对应的解决方案,就是all-on-four即刻种植术,意思就是只要在牙槽骨中植入4颗或者6颗种植牙体,就可以用固定方式支持全口义齿。临床效果显示,这种方式不仅可以获得较好的支持与固位,也大大节约了种植费用。

韩相国提醒广大缺牙患者,尤其是高龄缺牙患者,缺牙后一定要及时修复。老年人做种植牙手术还须注意身体健康状况,如有高血压、高血糖等一定要先进行控制调理,再考虑做种植牙。

