

健身过年很给力 欢乐新年很幸福



舞龙表演

“咚咚咚，咚咚咚……”2月3日，农历正月初一大早，郑州高新区石佛乡的街道上处处洋溢着新年的喜庆气息，一通欢快的锣鼓敲出了农民朋友喜迎新春的喜悦心情；跳小绳、踢毽子、托乒乓球跑、夹玻璃球……正月初二上午，郑州市绿文广场管理处文博广场成了健身的海洋，各种各样的益智小游戏演绎出了城市居民健康过大年欢乐氛围。春节长假，忙碌了一年的人们借助假期好好放松一下自己的身体和心情。无论是在乡村还是在城市，记者在春节期间走访时，都感受到了人们在健身过年中体验到欢乐和幸福。健身过年

已经成了一种新时尚。

农民健身民俗浓

家住郑州高新区石佛乡石佛村的李锦霞老大妈大年初一吃过饺子便与一家人来到了村中的主干道上。“早就听说今天要有表演，所以一大早就来了。来晚了，就抢不到好位置了。”李大妈笑着对记者说。

其实，像李大妈一样的村民大有人在，表演节目还未开始，石佛村主干道两边已经聚集了很多村民。大家的脸上都布满了笑容，一边互相道着

新年的祝福，一边等待着精彩节目的开始。大约9:30，随着一阵欢快的锣鼓响起，舞龙、舞狮揭开了表演的序幕。一条条游龙在村民的舞动下活灵活现，一个个金狮在狮童的引领下翻翻起舞……“好！”“太棒了！”……村民们热烈欢呼声此起彼伏。

除了舞龙、舞狮外，盘鼓、秧歌……极具民俗特色的表演成了农民朋友春节健身的主旋律。看着表演者起劲演出，村民们也按捺不住兴奋，走上街道与表演者一起扭起了大秧歌。

市民健身时尚多

近些年，踢毽子逐步成为绿城市民广场休闲活动的主要选择。春节期间，几个朋友聚在一起踢踢毽子也是一种不错的健身方式。郑州市绿文广场管理处从正月初二至初六为家住文博广场附近的广大市民朋友提供了一展踢毽子功夫的舞台。除了踢毽子之外，跳小绳、托乒乓球跑、夹玻璃球跑……各式各样充满时尚气息的益智小游戏，也成了市民朋友展现一技之长的好手段。

“以前我总觉得自己的平衡性挺好的，托乒乓球跑也算是我的一个强项，但到文博广场一比试，才知道山外有山啊。自己以后还要继续训练。”参加完托乒乓球跑的王远舟大爷有些遗憾地对记者说。友谊第一比赛第二，参加益智小游戏为的就是一个乐。虽然输了比赛有些不开心，但在春节期间参与到健身活动中来，不就是为了享受运动的乐趣吗？

记者在采访时看到，除了益智小游戏外，舞龙、划旱船……具有民俗特色的活动也不时亮相文博广场。另外，喜欢唱歌的市民朋友也聚集在一起一展歌喉，歌唱伟大的祖国，歌唱新春的祝福。

健身活动很给力

据了解，春节期间郑州市的中原区、金水区、管城区、惠济区、上街区、二七区、高新区和经济技术开发区，盘鼓、舞狮(龙)、秧歌、武术、健身操、篮球、羽毛球等丰富多彩的体育活动都登陆各个社区、小区和家庭院，人们除了在这些运动中迎接新春到来外，也在趣味游戏和猜灯谜等益智类活动中，过一个别样的新年。

另外，在郑州市的登封、荥阳、新密、新郑、中牟等市(县)，盘鼓、秧歌、舞龙、舞狮等极具民俗特色的健身活动也都在各个村红火登场。虽然人们已经结束春节长假投入到工作中，但丰富多彩的春节健身活动依然持续地给力。

本报记者 陈凯 文/图

建业赴韩国开始海外拉练

本报讯(记者 刘超峰)刚刚过完中国传统新年，8日，河南建业足球队25名战将重新集中后踏上飞往韩国的班机。据了解，建业队本次海外拉练将持续一个半月，本次集训的全部是国内球员，既有王嘉楠、张力、王飞等从梯队征调上来的年轻球员，也有像凌思浩这样从外地挖回来的本土“潜力股”。在前不久的三水冬训中，这些年轻球员的表现相当抢眼，主帅金鹤范决定给他们一次锻炼的机会。加上从预备队选拔上来的王驰、汪俊驰、郝爽、祁云飞，建业队中20岁左右的年轻球员多达8人。

不过令人感到意外的是，今年引进的天津中场大将韩燕鸣和原国奥门将张世昌，由于伤病原因并没有出现在拉练的大名单中，而前来建业训练的一名巴西外援以及两名韩国外援将在韩国与球队汇合。

根据金鹤范的安排，建业韩国之行主要在三个港口城市，分别是木浦、

阳光和蔚山。每个城市训练和比赛时间为15天左右。木浦是韩国国家队的集训基地，硬件设施很好，不少韩国K联赛的球队在此训练，建业队的热身对手肯定不会少。阳光是韩国K联赛球队全南天龙的主场，蔚山是现代队的主场，因此建业本次拉练，应该能够得到充分的锻炼。

在年前广州三水训练期间，金鹤范的训练内容基本上以体能训练和基础训练为主，同时与广州恒大以及韩国明智大学队进行了多场教学比赛。接下来的韩国拉练，球队将着重于技战术的训练，也将和韩国当地的球队进行多场教学比赛。

附赴韩集训球员名单：
门将：曾诚、周亚君；后卫：赵鹏、姚冰、谭望嵩、张璐、乔巍、李昭楠、顾操、王驰、汪俊驰、郝爽；中场：陆峰、黄希扬、徐洋、王寿挺、何滨、苏锐宇、王飞、祁云飞、张力、凌思浩；前锋：肖智、于乐、王嘉楠。



2月8日，休斯敦华人舞狮队在进行现场表演。当日，在NBA常规赛中，休斯敦火箭队主场迎战明尼苏达森林狼队。为了庆祝中国春节，火箭队在开赛前入场的前5000名观众发放有中国特色的“红包”，并且邀请当地华人舞狮队现场表演。最终，火箭队以108：112负于森林狼队。
新华社发

艺术中心推出“公众开放周”

本报讯(记者 秦华)新春佳节之际，为回馈广大市民，河南艺术中心特意推出“公众开放周”，市民在此期间可前去免费参观，近距离领略这座艺术殿堂的魅力。

据介绍，“公众开放周”的具体时间为2月12日至17日的15:00—17:00，观众可参观河南艺术中心大剧院和音乐厅两座主要演出场馆，不仅能欣赏到斥资千万打造的世界顶级舞台机械技术展示、聆听奥地利“里格尔”传统管风琴演奏，还能现场感受西洋乐器与民族乐器的魅力。感兴趣的市民可于2月10日至17日的10:00—17:00，前去河南艺术中心售票处免费领取参观券。

《星光大道》年赛即将擂响战鼓

本报讯(记者 李颖)究竟谁能进入《星光大道》2010年度前三名?记者昨日从栏目组获悉，《星光大道》5场年赛及年终总决赛今晚起在CCTV综艺频道擂响战鼓，接连6天，悬念迭起。

据栏目组桑婷婷介绍，参加5场分赛的共有25名选手，由2010年度12名月冠军及13名人气指数高的优秀挑战者组成，每场决出的分赛冠军进入2月16日的年终总决赛，争夺2010年度《星光大道》冠军宝座。分赛嘉宾由乐坛巨匠周华、相声演员师胜杰、台湾艺人张帝、李立群及《星光大道》往届优秀选手组成，评委则由教师、军人、服务员、大学生等各各行各业。

5场分赛赛场不同，亮点各异：第一场，月冠军石头、1+3组合、苏丹将迎接吴孟天和动力兄弟组合的挑战，观众将看到热闹的群星皮影戏及华丽的千手观音表演；第二场，月冠军红叶组合、旭日阳刚组合和挑战者郭丰周、黑妹、金凯同台竞技；第三场，月冠军龚洋艺、刘大成、和谐之声组合将迎接娜蒂、孙亚楠的挑战；第四场，月冠军陶燕青将接受莫斯科女孩组合和藏族女艺人达瓦卓玛的挑战，美女同台非常养眼；第五场，月冠军吉米、SUBY将与挑战者侯健、周丽珍、Green Max组合一决高下。

成龙“有爱最美丽”

本报讯(记者 李颖)今年春节，文化部直属中国动漫集团首次推出了“2011年首届中国春节动漫音乐会”，年初二在央视播出后，不少观众对成龙演唱的《有爱最美丽》表现出了浓厚兴趣。

记者从“成龙中国”公司了解到，今年成龙没有参与各家电视台如火如荼的春晚活动，但他赶在春节前录制了这首新歌《有爱最美丽》。成龙本人表示，他很喜欢这首歌曲，不但温馨而且朗朗上口，短短几句歌词就精辟地传递出了爱与感恩：“看一个大大的世界，有一个小小的我，圈一个暖暖的天空，就是我们的家。感谢朋友，温暖着四季。”成龙说，唱的时候心里就暖洋洋的，他也想通过这首歌在辞旧迎新的时候为大家送上祝福和感谢。

成龙曾演唱过《接你回家》《生死不离》《饮水思源》等公益歌曲，《有爱最美丽》表达的是世界和平、大爱、感恩的元素，这首歌的曲作者周文军也希望这首歌能唱成兔年火起来。

郭敬明涉水传统题材漫画

《鬼吹灯》漫画作者操刀《梅兰芳》

本报讯(记者 秦华)记者昨日从长江文艺出版社获悉，新年伊始，郭敬明《最漫画》团队推出京剧大师梅兰芳首部漫画传记——梅兰芳本传同名漫画《梅兰芳》以及梅兰芳外传的《再见梅兰芳》。《梅兰芳》为系列传记漫画，获得了梅兰芳之子梅葆玖的授权与全程指导，共五册，“卷一梅之卷”本月问世，其余四卷将会在年内陆续推出，《再见梅兰芳》则是单册漫画，已全部集结出齐。

在动漫界，内容定位大多偏向娱乐休闲，郭敬明在谈到为何要涉水传统文化题材漫画时表示，目前动漫市场娱乐化倾向明显，缺乏能够弘扬文化精华的严肃之作，为各领域的巅峰人物树碑立传的作品更是少见，此次出版梅兰芳大师漫画传记，是希望依托《最小说》《最漫画》的百万册发行量平台，提升京剧这种传

统文化在青少年中的影响力。

据介绍，漫画《梅兰芳》的作者是原创漫画代表人物之一林莹，她的画风细腻流畅、华美大气，出道十余年来创作了《魔尘》《鬼吹灯》《镜月》等一系列优秀漫画作品，深受年轻读者的欢迎。林莹对京剧已钻研了十余年，在一个偶然的机会结识梅葆玖，她希望能出本梅兰芳漫画集，为了得到梅葆玖的首肯，林莹开始收集考证大量资料，用心体会梅兰芳的一颦一笑，思考如何尽量还原梅兰芳当年行头的式样和颜色等等，最终林莹凭借扎实的绘画功底顺利通过“考验”，获得梅葆玖的授权，并得到他全程指导。梅葆玖盛赞《梅兰芳》：“漫画图文并茂的方式可以生动形象地体现父亲的一生，让中国的青少年在潜移默化中了解中国文化和中国京剧艺术。”

今年春节期间，市政府启动了郑州市2011年“情暖新春”系列文化演出，组织了16台经典地方戏剧，免费送给一线职工及困难群众。截至正月初五，已演出8场，高水平的演出场场爆满，观众赞不绝口，为节日期间的郑州增添了喜庆的节日气氛。正月初五晚，在郑州市艺术宫，记者现场深切感受到了“情暖新春”是如何深入基层，情暖人心的。

演出现场 气氛热烈

当晚，郑州艺术宫座无虚席，丝竹悠扬、锣鼓铿锵，一场精彩的豫剧折子戏专场演出在这里上演，豫剧表演艺术家虎美玲的名段《破洪州》引发了现场雷鸣般的掌声和喝彩。

加唱了《花木兰羞答答施礼拜上》一折后，虎美玲接受了记者的采访：“观众太热情了，本来我只准备了一折，加唱一折，唱完了还有不少观众追到后台，到我跟前拉着手说说话、合个影，他们都可高兴。”

虎美玲说，由豫剧院献演的这场折子戏专场代表了剧院的最高水平，“我们团里国家一级、二级演员都上了，像刘昌东、马刚良、任三印、张海龙、张艳萍……他们在省里也是数得着的优秀演员，我们就是要拿出最好的折子戏、最优秀的演员来为观众演出。”

行家唱戏 戏迷乐呵

“我特别喜欢虎美玲的戏，在家里每天都听戏，但是能亲眼到现场看他们的戏，以前，这样的机会还真不多。”说这番话的是来自中原铝厂的退休职工黄长岭，老人家已经快80岁了，当晚，他带了一家七口车近半

“情暖新春”暖人心



豫剧《拾花轿》选段

个小时赶到艺术宫来听名家名段。

老人发肺腑地说：“如今日子好了，吃得好，穿得好，连文化生活也送到我们跟前。”陪同黄长岭老人来看戏的妹妹告诉记者，戏票是通过区里层层下发到手中的，没有花一分钱。

采访中，郑州市文广新局局长李宪敏告诉记者，“情暖新春”的目的是让基层群众和困难职工共享文化发展成果，把党委、政府对老百姓的温暖通过文艺工作者传递到市民中去。演出持续时间长、安排场次多，目的就是要把活动办成受老百姓欢迎的民心

工程，每场演出都坚持把票送到低保户、困难群体和节日期间坚守一线的职工及普通市民的手中。

情暖新春 情暖人心

为保证每场演出顺利进行，文艺工作者放弃休假，全力以赴。记者采访当天，虎美玲及豫剧院的演职员下午4点钟就赶到剧场，大家紧张地化妆、装台，做好演出前的准备。

台前辛苦，幕后也不轻松，市艺术宫主任助理张霞说：“这次系列演出放在艺术宫的有10场，从大年初四一直到正月十三，每场演出我们所有职工都要到上班，确保卫生、消防的安全，保证演出顺利进行。”

据了解，这次“情暖新春”系列演出以市属文艺院团为主，演出单位有市豫剧院、市剧团和市群艺馆。演出剧目既有专业文艺院团的经典剧目《屠夫状元》《锁麟囊》等，也有名家荟萃的折子戏专场演出。演出不仅为市民奉上了文化餐，也有效推广宣传了本地优秀传统文化。采访中，二十出头的小武告诉记者，自己从来没听过戏，这次戏票免费发到手，现场来感受了一下，觉得挺好的。

据统计，截止正月初五，“情暖新春”系列文化演出已经进行了8场，受益观众近万人。李宪敏表示，今年是“十二五”规划的第一年，也是我市建设郑州都市区、形成中原经济区核心增长极的开局之年，文广新局将继续发挥广大文艺工作者的积极性，为郑州建设提供强有力的动力。“组织广大文艺工作者深入基层，走进社区、走进农村、走进工厂。”
本报记者 李颖

男排联赛：河南瞄准四连胜

本报讯(记者 陈凯)本周日，河南天冠男排将坐镇主场南阳体育馆，迎战他们在农历新年的第一个对手辽宁男排。面对“老冤家”，联赛已取得三连胜的河南男排目标只有一个，拿下对手争取四连胜。

农历虎年未，河南男排表现出了强劲的势头，在最后一轮比赛中连战连捷，积分排名也一路飙升。不过，由于对手实力偏弱，三连胜并不能说明队伍的状态已

经回归正轨。目前，辽宁男排排名联赛积分榜第四位，仅比排名第六位的河南男排多一个胜场。“现在到了我们追分的关键时期，任何一场比赛都不能有闪失。”河南男排主帅谢国巨如是说，“本赛季我们的目标是冲击冠军，这个目标不会改变。接下来的比赛我们要全力以赴往前追赶，为第二阶段的比赛打下一个好的基础。”

女排联赛：河南客场战浙江

本报讯(记者 陈凯)本周六，全国女排联赛A组将展开第11轮的争夺，这也是本赛季联赛在农历新年开启的首轮比赛。河南郑州高新区女排本轮将做客浙江，挑战浙江女排。面对实力强劲的对手，河南女排想要取胜的难度很大。

联赛已经战罢10轮，河南女排未尝胜绩。为了摆脱这个尴尬的局面，春节期间河南女排的姑娘们没怎么休息，就投入到

紧张的训练中。“我们的战绩这么差，春节期间当然要好好补课。”河南女排主帅陈永明如是说。本赛季，河南女排与浙江女排已经有过一次交锋，那场比赛，河南女排主场作战，最终以1：3告负。此番做客浙江，面对目前排名联赛积分榜第五位的对手，河南女排想要取胜的难度很大。对此，陈永明表示：“虽然战胜对手很困难，但我们一定要全力以赴，展现出春节期间的训练成果。”