

让世界看见中医药文化之美

王春云冬奥村展示“五禽戏”



国际奥委会主席巴赫到延庆冬奥村10秒中医药体验馆,跟随大屏幕习练“五禽戏”中的虎戏。



王春云在展示“五禽戏” 受访者供图

□记者 邢晓蕊 实习生 蔡宗桦

本报讯 冬奥会期间,奥运村里的10秒中医药体验馆成为展示中医药文化的窗口。其中,“中医导引·五禽戏”与“中华传统健身操”受到国际冬奥会官员、运动员的喜爱和称赞。2月22日,记者了解到,参与创编、展示这两套中国传统健身功法的专家之一是平顶山学院教师王春云。

王春云今年44岁,先后毕业于北京体育大学和美国印第安纳大学,现任平顶山学院体育学院教授、美国北卡罗来纳大学医学院兼职教师,主要从事公共健康领域的教学及身心运动(太极拳、气功、瑜伽)对健康促进和慢

性疾病预防等方面的研究。2001年7月至2004年8月,她曾供职于国家体育总局健身气功管理中心活动培训部,全面参与编创八段锦、五禽戏、易筋经、六字诀等四种健身气功的课题招标及功法教学片、功法图书的编辑出版工作。2009年,她在上海举行的第三届国际健身气功交流大会上获得了八段锦比赛一等奖。

王春云说,奥运村里的10秒中医药体验馆以中医药文化元素为核心,融合现代科技与国潮艺术,为运动员们提供“天人合一”的沉浸式体验区,以一幕幕视听盛宴讲好中国故事,让世界看见中医药文化之美。

冬奥会举办期间,国际奥林匹

克委员会主席托马斯·巴赫来到延庆冬奥村10秒中医药体验馆体验,兴致勃勃地参与了运动员们最喜欢的“五禽戏”功夫打卡,跟随屏幕完成了一套虎戏表演,尽情感受中国传统文化之美,感受中医导引之美。

“看到冬奥会官员和运动员都很喜欢‘五禽戏’,觉得所有的付出和辛苦都值得了。”王春云说,去年10月底,她应邀前往北京,与北京中医药大学等单位的3位专家一起创编“五禽戏”。经过后期专家论证,今年1月份,她又应邀前往北京进行“中医导引·五禽戏”和“中华传统健身操”的培训、展示等工作。

据王春云介绍,“中医导引·五禽戏”以明朝《赤凤髓》记录的五禽戏版本为重要文献依据,以五脏理论作为功法的理论依据,以“仿生练神”为指导,通过“虎虎生威以练神”的虎戏、“鹿运尾闾以练筋”的鹿戏、“熊经缠行以练中”的熊戏、“白猿揽月以练气”的猿戏和“鸟伸鹤立以练骨”的鸟戏,全面锻炼心、肝、脾、肺、肾五脏系统的形、气、神。2022年冬奥版的“中华传统健身操”在2008年夏奥版本的基础上进行了改编,保留了原来的动作名称、顺序和风格特点等。两者成为一套在夏季奥运会和冬季奥运会同时展示的“双奥”项目。

市全民健身三项赛事落幕

□记者 王辉

本报讯 2月21日上午,从市教育局群众体育科传来消息,经过两周的比赛,2022年我市全民健身活动中的游泳、钓鱼和毽球比赛结束。三项赛事吸引数百健身爱好者参与。

2月19日上午9时,钓鱼比赛在市区昆阳大道韩庄桥西侧北岸河堤上开赛。河面上百竿齐发,十分壮观,投食、装饵、抛竿,99名选手各展

垂钓技能。经过120分钟的比赛,20名优胜者决出,得分靠前的袁书领、王长江、陈涛等三人分别获得价值980元至1180元的渔竿一根。

2月19日至20日,毽球比赛在市体育村体育馆举行,来自市区与舞钢市的16支毽球队分四个小组进行循环比赛,每小组积分前两名的队伍出线后,再与其他小组的前两名队伍进行交叉淘汰赛,决出冠亚军。经过两天的激烈比拼,最终,市工人文化宫一队获得本次比赛平

推组冠军,舞钢市一队获得本次比赛进攻组冠军。

另外,一周前在市五环游泳俱乐部举行的全民健身活动中的游泳比赛,一共吸引130多名游泳爱好者报名参加。少儿组选手王浚赫、常艺林分别获得男子少儿组100米比赛冠军、女子少儿组100米冠军。周奇、徐秀成、李伟香等8人分别夺取男、女45岁以上组,男、女45岁以下组50米与100米比赛的冠军。

考研初试成绩开始公布

□记者 傅纪元

本报讯 市招办2月21日提醒考生,2022年硕士研究生招生考试评卷工作已经结束,根据教育部统一安排,初试成绩将于2月21日起由招生单位陆续向考生公布。

考生可登录招生单位网站或中

国研究生招生信息网查询具体成绩发布时间和查询方式。如对成绩有疑问,可按招生单位公布的办法,在规定的时间内向招生单位提交复核申请。申请复核成绩如有差错,更改结果由招生单位通知考生;申请复核成绩无差错的,不再反馈复核结果。

新闻短波

●2月21日下午,郏县县委宣传部、县文明办、县慈善协会等联合在该县新城小学表彰抗疫志愿者,包括河南理工大学冯一凡、河南农大杨晨在内的70名寒假返乡大学生因积极参与社区疫情防控,践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神,受到了表彰。(张鸿雨)

城市留言板 4940000

垃圾成堆无人清理

网友“乔乔の”留言:乐福社区64号院垃圾成堆,无人清理。

路面坑洼不平

网友“守信方得始终”留言:湛河区曹镇乡小黄庄村的村道是黄泥路,遇雨雪泥泞不堪,居民出行不便。

建议设置红绿灯

网友“135”留言:市城乡一体化示范区翠竹路与祥云路交叉口车流量、人流量较大,建议尽快安装红绿灯。

垃圾无人清理

市民王先生来电:市区五一路小学西侧小广场有人乱扔垃圾,望尽快清理。

谁的POS机丢了

市民何先生在市区亚兴路南段凤凰小区门口捡到一部POS机,请失主拨打电话13027573733联系认领。(本报热线办)