



2023年9月6日 星期三 编辑 马允安 版式 赵恒 校对 王金伟 组版 侯璐 新闻报料:3909990

第十一届中国·焦作国际太极拳大赛 部分赛事将在陈家沟分会场举行

本报讯(记者赵改玲)记者昨日从市体育局获悉,第十一届中国·焦作国际太极拳大赛除了在市太极体育中心举行外,还在温县陈家沟设立分会场,全民观赛活动、太极拳推手比赛、太极拳武术段位考评(境外)都将在温县陈家沟举行。

全民观赛活动:组织全民观赛,通过赛前宣传推介、赛中赛事直播以及名人名家赛事点评、赛后精彩赛事回放等方式,吸引观赛人群,让人民群众享受办赛惠民的福利,扩大赛事影响力,提升城市美誉度;组织

太极拳名家互动交流,以走近群众、互动交流的原则,组织太极拳名人名家开展太极拳表演、太极拳讲座、现场授拳、合影留念、颁奖等活动,和广大太极拳爱好者面对面互动交流,展示太极拳名人名家风采。

全民观赛活动时间是9月17日至9月21日。

太极拳推手比赛:太极拳推手比赛是传统武术技艺与当代竞技体育相结合的双人对抗性体育项目,在太极阴阳、动静刚柔、虚实开合、动态平衡等传统哲学思想的浸润下,运用捋、

捋、挤、按、采、捌、肘、靠等技法,整合劲力,借力发力,使对方失去平衡,从而取胜,是当代武术界坚持守正创新、在体育领域以中国式现代化发展推进健康中国、助力民族复兴伟业

的运动形式,深受广大武术爱好者的欢迎。每届的太极拳大赛,太极拳推手的赛场经常座无虚席。

太极拳推手比赛时间是9月18日、19日。太极拳武术段位考评(境外)举办时间是9月21日。



“一赛一节”纪实

谷慧玲: 让更多人体验太极魅力

本报记者 李 锴



每天早上,在市人民广场陈式太极拳辅导站,总有一群神采奕奕的太极拳爱好者在习练太极拳。他们的一招一式如滔滔江河奔腾不息,又如游龙戏水怡然自得。这一切得归功于他们的站长,陈式太极拳第十二代传人谷慧玲。

今年61岁的谷慧玲习练太极拳已有30年,是焦作市高级拳师、焦作市太极拳推广使者。作为陈正雷大师在焦作的第一位女弟子,她担任河南省太极拳协会理事、焦作市陈式太极拳协会会长,被誉为陈式太极拳的一朵金花,是太极拳传承的中流砥柱。

习练太极拳以来,谷慧玲连续参加了七届“一赛一节”,获得金牌10枚,银牌4枚。在2002年,中国·焦作国际太极拳年会更名为中国·焦作国际太极拳交流大赛的那届大赛上,谷慧玲因为紧张,竟然在比赛中忘记了自己苦练多月的竞赛套路。但在电光石火间,她凭借过硬的基本功,在招式衔接间很快梳理出新的套路,进而行云流水地打完一套拳。直到结束,她的心才狂跳不止,虽然是临时想出的套路,也让她因此获得金奖。

那次之后,谷慧玲对待比赛更加精益求精,每天晚上都能在市人民广场看到她认真习练的身影。功夫不负有心人,之后几届,她所参加的“一赛一节”太极拳项目,无一例外都获得了金奖,其中不乏第一名的好成绩。连续四届太极拳摘金、太极剑得银,让她坚定了更上一层楼的决心。2009年,她在焦作市陈式太极拳协会原会长闫文胜的指导下,一招招反复演练,一点点精雕细琢,终于拿到心仪的金牌。

个人的荣誉不是谷慧玲的最大追求,她的理想是精准传播太极文化。为此,她借助“一赛一节”的影响力,不仅在市人民广场成立了陈式太极拳辅导站,还深入社区、企业,甚至去外地授拳传艺,全心全意培养着一批批太极拳爱好者。

谷慧玲尊师重道、与人为善、技高调低、亲和力强,是大家拥戴的站长。而她也凭借着对太极拳的热爱,行走在学习、推广太极拳的道路上。“打太极拳,不仅让我领略到其精髓和神奇,也收获了健康和乐趣,我要尽自己所能为更多太极拳爱好者传授技艺。”谷慧玲说。推广普及太极拳,传承太极文化,探索太极内涵,将是她余生追求。

对于即将到来的“一赛一节”,谷慧玲希望赛事圆满成功,所有参赛者都能发挥出应有的水平,能让更多人体验到太极的独特魅力,从而了解太极、学习太极、发扬太极。

上图 谷慧玲在习练太极拳。

本报记者 李 锴 摄



大美焦作迎宾客



微露营,逛市集,就来天河公园

本报记者 杨景鹏

以水为魂,城市更有灵气;以绿为基,城市更加美好。

我市是南水北调唯一穿越中心城区的城市,为确保“一渠清水永续北送”,我市在总干渠两侧规划建设了贯穿主城区10公里、绿化面积约200公顷的以南水北调为主题的天河公园。

该公园是国家AAAA级旅游景区,风景秀丽,生态优美。国家方志馆南水北调分馆、南水北调第一楼、城市阳台、历史文化街区……一个个地标建筑分布其中,为我市城区文旅文创发展提供空间和平台。

蓝绿玉带绕碧城,天河奔流润碧园,满目绿地。一城一河一园的美丽画卷缓缓展开,一条文化街区、三大主题公园、十二处节点公园沿河而建;七座跨渠之桥飞架南北,为城建添彩;五座山丘与碧渠相映成趣,让市民亲绿、享绿;“水袖流云”“枫林晚秋”“诗画太行”等节点公园建成开放,在中心主城区形成了一道“春有花、夏有荫、秋有色、冬有景”的独特风景线,呈现姹紫嫣红、凝翠叠绿、游人如织的精美画卷。

刚刚过去的暑假,“天河·星光集”“天河·嗨啤

集”“天河·怀庆集”内,人潮涌动,热闹非凡。演唱会、啤酒节、美食城、非遗展、汉服游……吃喝游乐购一体化、沉浸式体验,点亮焦作史上最具烟火气的夏季。焦作市首个城市露营地——天河·栖野城市露营地近日对外开放。该露营地位于南水北调·天河公园南通路西侧,趁微萤闪闪,趁秋夜来临,去看星河满天。星空为幕,帐篷为营,和大自然来一场不分昼夜的偶遇吧!

上图 天河·栖野城市露营地。

本报记者 王梦梦 摄