

美少女爱上拳击： “这项运动帅呆了！”

文海南日报记者 李佳飞 图海南日报记者 张茂

在大多数人眼中,拳击是一项刚烈甚至暴力的运动,并不适合女孩子。然而,在“90后”女孩邬波的眼里,拳击却是一项“帅呆了”的健身运动,不仅让她保持着健康的身形,而且让她改变了害羞、腼腆的性格,变得阳光、开朗,找到更加自信的自己。在拳击俱乐部里,邬波是一名普通的拳击爱好者,也是很特别的一位。



整理拳击手套。



邬波自己用嘴绑紧手套。



邬波在拳击台上练习。

“微胖”烦恼带来的选择

白皙的皮肤,水灵的大眼,长发飘飘……初见邬波,真的很难相信这是一位喜欢拳击的女子,不过,交谈后,便可见其男孩子般豪爽和直率的性格。

“我以前可胖了,比较自卑,害怕在人前说话,不像现在,喜欢交朋友,性格也算阳光开朗。”邬波告诉记者,她1994年出生于陕西汉中,现就读于海南师范大学人文学院新闻传播学专业。

不过,“微胖”终究还是她的烦恼。和其他女孩子一样,内心深处,她也渴望得到更多异性的关注。于是,考进大学后,邬波开始寻思,得让自己默默无闻的情况有所改变了。

“当时刚进大学,同学们都争先恐后地报名参加各种社团,例如舞蹈、漫画、书法、跆拳道等等。”邬波说,那时,她也很羡慕会跳舞的女孩子,但始终觉得那不适合自己,但又想着大学生活应该有所不同,她很想去学点什么,能健身减肥,又能增加一项技能,还能趁机拓展社交面,改变自己的性格。

经过思索和比对,最终,邬波“锁定”了两个项目:一个是跆拳道,一个是散打(包括拳击训练学习)。

“还是觉得击打类的运动更适合我。”邬波说,很多人会认为女孩子就应该学习琴棋书画,但事实上,学习跆拳道的女孩子非常多,大家将之当作一项防身的技能和健身的项目。不过,与一般女孩子不同的是,邬波最终选择了散打,在这个社团里,女孩子相对较少,当时除了邬波,几乎清一色的都是男生。

“都是‘微胖’惹的祸。”采访中,邬波多次开怀大笑。她说,由于对自己的体型不那么自信,所以在女孩子的队伍中,她总是羞于展示,但在散打队伍中,她是唯一特别的,她被大家关注,还被亲切地称为“散花”,这种友好的气氛和存在的价值感让她有小小的满足。

一颗“女汉子”的心

在学习散打的过程中,邬波很快脱颖而出,那是她刻苦训练的结果,但更深层次地说,是因为她深深地爱上了这项运动。

“那时大一,她几乎每天晚上都会准时到道馆,练习打拳,一节课不落。”邬波最好的朋友程辉也是她在学习散打的时候认识的。在程辉眼中,邬波天生就有男孩子的性格,她说话直接,从不扭捏,不怕累,不怕吃苦,在拳击训练的过程中,她甚至比一般的男生还有坚持的毅力。

最让程辉印象深刻的一件事是:刚学拳击不久,教练问大家,为什么学习打拳?男生们有的说为了健身,有的说“为了保护女朋友”,只有邬波大声地说“为了保护自己 and 男朋友!”

拳击,这项在多数人心目中属于男人的运动,在邬波的世界中,却渐渐有了不同的理解。

“拳击练习活动量大,减脂效果明显,平均每小时大概会消耗700卡路里,可以说是所有健身项目中消耗最大的一种。练习拳击对于减肥和提升个人体能都有很好的效果。”邬波说,打拳真的很好玩,在拳击运动中,步伐、出拳都有很多灵活的变化,如果善于思考,能够以智取胜,

还会发现更多的乐趣。

邬波的教练告诉记者,在大部分人的传统观念里,拳击是男人的世界,力量、征服、击打,充满雄性甚至残暴的气息,常常和“粗暴”、“残酷”等字眼连在一起,但事实并不是这样的。“拳击主要训练的是身体的灵活协调及心肺耐力,对于压力大的现代女性,更是发泄压力、挑战自我的好机会。有的女孩子性格天生比较内向、腼腆、害羞,通过练拳击,战胜对手带来的快感会迅速提升她的自豪感和自信心。这项原来被女生视如禁地的运动项目,如今正在被越来越多的女生青睐和选择。”

博海拳击俱乐部负责人刘新胜告诉记者,目前该俱乐部也有少量女性拳击爱好者。“现代都市的坐班族,工作生活压力大,缺乏运动,而拳击是一项很好的全身运动,不仅迎合了人类需要打击和宣泄的天然本性,缓解生活压力,而且提高了人体的灵活性和柔韧度,是一项很适合女性塑性的运动。”

立志出“拳”惩恶

在训练场馆内,邬波的身体略微后倾,然后右脚点地发力,从腿到腰,力量旋转入手,这拳便像是生了劲风。扭胯,转身,最后出拳,每个出拳动作就像高速摄影机拍摄的画面,那是一种刚柔并济的美,让人难忘。

由于喜欢拳击,除了练习打拳,渐渐地,在平时的生活中,邬波对一些关于拳击的赛事和新闻也会比较关注。她知道,拳击是一项曾经只属于男人的运动,当跆拳道、柔道、摔跤等搏击类项目相继设立女子项目时,女子拳击仍然徘徊在奥运会的大门之外,至20世纪90年代,世界范围内还没有一项统一的女子拳击赛事。直到2009年,国际奥委会在柏林召开执委会正式确认女子拳击成为2012年伦敦奥运会正式比赛项目,女子拳击才渐渐得到重视,并被广泛认可。

拳击俱乐部一位资深教练说,打拳的人讲究拳品,打输了也不愠不怒,他们在日常生活中反而很有气质和度量。

“打拳和当记者是一样的,需要毅力,需要强健的体魄,并且,女拳击手和女记者一样,都需要比男人付出更多。”邬波说,虽然她很喜欢拳击,但是并不打算往职业化的方向走,而是永远当好自己的健身项目和兴趣爱好。她以后的职业理想是当一名媒体人,“希望可以伸张正义,出‘拳’惩治丑恶。”

在搏击场上,邬波的眼神总是冷酷而坚定的,进攻、躲闪、发现破绽,抓住制胜的时机,果断出拳,一招制敌。汗水伴着胜利的荣光,酣畅淋漓。

脱下拳套,邬波又恢复了小女生的模样,喜欢对着镜子整理发髻,观察自己。平常生活中,除了拳击,她还喜欢唱歌,喜欢打羽毛球,喜欢和朋友聊微信。

“喜欢打拳的女生,在大家眼中可能会比较特别,但是希望并不十分奇怪。”邬波说,她的生活一切都很正常,她不喜欢被看做“另类”。虽然她说过希望练拳能够保护自己和男朋友,但是她并不希望找一个需要自己保护的男朋友,她还是和许多小女生一样,希望遇到一位有能力保护自己的男性。□



邬波在练拳击。