



十一月十九日，游客在三亚鹿回头景区与运动会主题装饰合影。新华社记者陈泽国摄

四川代表团运动员在驻地酒店开展适应性训练 “期待与各民族选手交流”

本报三亚11月20日电（海报集团全媒体记者刘声富）“我们在三亚，白沙苦练三个月，就是为了比赛时五六秒的瞬间精彩呈现。”11月20日，第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）训练现场，正在带领队员练习的海南代表团攀椰竞速教练黎庆平说，攀椰竞速项目海南队最大的特点就是年轻、有拼劲。

助跑至仿真椰子树下后，一个箭步跃起，双手抓住树干的同时，双脚紧紧扒住树干，双腿用力一蹬，整个身体快速往上攀爬。训练现场，队员行云流水般的动作让人赏心悦目，但追求精益求精的黎庆平针对每个队员的动作均逐一点拨，力争做得更好些。“你助跑时要注意姿势”“你攀爬过程中要注意臀部力量、腿部力量的有机结合”……

为备战运动会，海南代表团攀椰竞速项目先后在三亚、白沙备战，10月底从白沙回到三亚后，开启封闭式训练。“攀椰竞速项目海南队共有6名参赛队员，其中最小的队员从小就爬树帮家里摘椰子、槟榔，我们发现她的能力和天赋后，便把她招收过来。”黎庆平说。平时的训练中，积极备战的队员们相互帮助、互相完善动作，他们也有信心在家门口的比赛中取得好的成绩。

作为今年运动会的新增项目，攀椰竞速极具海南特色。其来源于海南当地群众爬树摘椰子的生活劳作场景，后来发展为海南民间喜闻乐见的“摘椰子”比赛活动。2010年，集趣味性、娱乐性、竞技性于一体的攀椰竞速首次被列为海南省少数民族传统体育运动会正式比赛项目。

今年，攀椰竞速首次被列为运动会正式竞赛项目，来自全国各地的运动员将于11月23日至24日在三亚进行比拼。攀椰竞速设立男子个人和女子个人两个小项，即男子攀椰（9米）竞速和女子攀椰（7米）竞速。根据比赛规定，运动员要在仿真椰子树上进行攀爬，爬到椰子树顶端并触碰计时按钮，用时最短者获胜。

本报三亚11月20日电（海报集团全媒体记者刘声富）11月19日下午，刚刚抵达三亚不久，第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）参加板鞋竞速项目和珍珠球项目的四川代表团运动员就在驻地酒店开始了适应性训练。

参加板鞋竞速项目的运动员很多是在校大学生，四川代表团板鞋竞速项目领队韩勇说：“铸牢中华民族共同体意识，传承少数民族传统体育运动，离不开年轻一代的努力。这批运动员经过一年左右时间的刻苦训练，默契度也越来越高。”板鞋竞速项目运动员木乃福来自

阿坝藏族羌族自治州九寨沟县，是西昌学院体育教育专业学生，她说：“运动会搭建了各民族交往交流交融的平台，期待与各民族选手交流，宣传我们四川悠久的历史和绚烂多彩的民族文化，同时邀请各地的运动员到九寨沟亲身体验那里的自然美景和民族风情。”

“运动会让我们享受着运动的乐趣，增进了民族感情，也促进了各民族交往交流交融。”珍珠球运动员张梦腾是第二次代表四川代表团参加全国少数民族传统体育运动会。在他眼中，通过比赛可以结识很多来自不同民族的小伙伴。

天津代表团携非遗技艺亮相三亚 “宫前中幡”展示力量与平衡之美

海报集团全媒体记者 张琬茜

“嘿！哈！”“顶上，漂亮！”在一阵阵铿锵有力的呐喊声中，顺着高高的竹竿向上望，旌旗猎猎，上下翻飞。11月19日下午，第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）天津代表团表演项目部分运动员抵达三亚后，加紧训练备赛。

据悉，天津代表团由245名运动员组成，将参加毽球、蹴球、射箭、民族式摔跤等8个竞赛项目和宫前中幡、天津大刀武术、武举功夫等6个表演项目小项。其中，作为天津非遗项目之一，“宫前中幡”将于不久后亮相赛场。

“宫前中幡”是传统体育非遗项目，我们将这项技艺引进校园进行训练，旨在通过青年力量更好地传承和弘扬优秀传统文化。”天津代表团“宫前中幡”表演项目教练员宋红胜说。

据悉，近几年，天津师范大学不断扩大“宫前中幡”项目队伍规模，吸引了越来越多的大学生加入，其中不乏女子队员。“为了让学生们以更加饱满的热情去学习和传承非遗技艺，我们鼓励大家不断创新非遗动作技巧，并以自己的名字命名。”宋红胜说。

为了充分展示非遗之美，此次“宫前中幡”项目编排还植入了许多艺术元素。宋红胜介绍，一方面邀请了美术与设计专业学生加入，从美观程度上把关改良；另一方面邀请了音乐表演专业学生，共同打磨背景音乐，“力图让每个动作更契合、更具时代感”。

从寒冷的北方来到明媚的南海之滨，宋红胜连用“温暖”一词来形容此次参赛感受，“这座城市给我们带来的温暖，不仅体现在舒适的气候上，更蕴藏在优质服务中。”

宋红胜表示，从下飞机开始就看到一路的欢迎标语，再到志愿者们热情的接待，一路上都感受到了“东道主”满满的诚意。“我们比赛所用的道具，都是从天津用车拉过来的，一路畅通无阻，比预计的还快了半天！”

随着比赛临近，队员们也满怀期待。天津代表团相关负责人表示，希望“宫前中幡”这朵“非遗之花”在海南尽情绽放，成为增进中华文化认同、构筑中华民族共有精神家园的重要载体，成为促进各民族交往交流交融、推进中华民族共同体建设的重要途径。

（本报三亚11月20日电）

“我们为民族团结而来，民族团结大于比赛结果！”四川代表团表演项目运动员、满族青年于孟洋说，自己非常开心来到美丽的三亚，期待与各代表团选手交流宣传民族文化，守护民族团结之花。

四川代表团工作人员陈晓璐介绍，此次运动会，四川代表团参赛运动员共155人，将参加10个竞赛项目和7个表演项目小项的比赛。“我们的运动员将认真践行和弘扬中华体育精神、民族团结精神，以赛传情、交流互鉴，展示四川民族团结进步事业发展的新成果。”

海报集团全媒体记者 张琬茜

脚踩网兜，手扶竹竿，一眨眼的工夫，人便冲到了几米之外。仅靠两根细竹，大多数人站都站不住，西北师范大学高脚竞速队队员高桃花却能健步如飞。

11月19日下午，第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）开幕在即，甘肃代表团高脚竞速项目的8名运动员在三亚驻地开展集中训练。

“嗨，那就是我们的寿星，昨晚还在酒店吃了蛋糕呢！”甘肃代表团联络员王念忠指了指正在训练的高桃花，向海报集团全媒体记者介绍道。

当天是高桃花入驻赛区的第二天，也是她23岁的第一天。

11月18日晚，作为甘肃代表团出征首批运动员，高桃花随团从兰州飞抵三亚。在万米高空上，当海南航空乘务员将一封生日贺卡递到高桃花面前时，她先是错愕，而后脸上露出笑容。

“这几天忙着备赛，我连自己的生日都忘了！”回想起这段“小插曲”，高桃花既惊喜，难掩激动。

惊喜还远不止于此。当晚，入住酒店后，高桃花刚一打开房门，就瞬间被桌上精致的生日蛋糕吸引了目光。

“这是我第一次在外过生日，真的很开心、很温暖，感受到了来自东道主满满的关爱！”高桃花说，这一份突如其来惊喜，消除了她内心的紧张与焦虑，“对接下来的比赛更有信心了！”

据悉，高桃花是西北师范大学一名大四学生，起初并非专业的高脚竞速项目运动员。数月前，她被选入运动会代表团，开启了紧张的“备赛之旅”。

先“上马”，再“走马”，最后才能“跑马”。对于高桃花来说，“会跑先学摔”是练习高脚竞速的第一步。经过长时间反复训练，在教练的指导和队友的帮助下，她慢慢从生疏到熟悉，再到逐渐形成肌肉记忆，最终实现“人马合一”。

“虽然我们的队伍组建时间不长，但是大家都训练得非常认真刻苦。”高桃花说，她将和队员们通力配合，在接下来的比赛中全力以赴，努力赛出友谊、赛出风采。

（本报三亚11月20日电）

运动场外的生日惊喜



11月19日，天津代表团表演项目运动员在三亚驻地开展“宫前中幡”项目训练。海报集团全媒体记者 谢式伟 摄

宁夏代表团成员与运动会融媒中心记者暖心互动 “我给你带来家乡的味道”

海报集团全媒体记者 郭畅 黄媛艳

“佳琪，我给你带来了家乡的味道——油饼和馓子。”11月20日，第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）融媒中心记者余佳琪收到了一份来自宁夏回族自治区的暖心礼物。

作为一名新闻记者，近几个月，余佳琪一直在积极报道各代表团备赛情况，通过电话联系到运动会宁夏代表团工作人员田玲娟。电话两端，交流虽短暂，但亲切的乡音还是一下子拉近了双方的距离。

“欢迎你们到三亚，感受民族团结的盛会。”每次采访结束，佳琪都会发出感情邀请。而作为年长一些的田玲娟，心思更为细腻。“佳琪姑娘一个人在海南工作不易，每年只有过年才回家，一定很想念家乡，通过运动会与她相识是一种缘分，出发当天一大早，我买了一些油饼和馓子，虽不是什么昂贵的东西，但一定是她思念的家乡味道。”田玲娟说。

这份小礼物，给余佳琪带来了无限感动，她跟朋友分享：“我跟田姐素未谋面，因为运动会结缘，人家特意从千里之外给

我带来了家乡的特产，心里暖暖的，我明天把馓子带去单位，让大家一起尝尝。”

“田姐，运动会结束后，我来当导游，带您到三亚转转，再去吃顿海南椰子鸡火锅，希望运动会和三亚都能给您留下一份美好回忆。”佳琪说，收到礼物后，她跟田姐约好了再次见面，要尽一份地主之谊。

运动会即将举办，各代表团陆续抵达，作为交往交流交融的重要平台，运动会让各族儿女欢聚一堂，惺惺相惜，成为朋友。（本报三亚11月20日电）



11月19日，甘肃代表团高脚竞速项目运动员在三亚驻地开展集中训练。海报集团全媒体记者 谢式伟 摄

苦练三个月，只为精彩呈现 攀椰竞速项目海南队运动员积极训练备赛

