

■ 海报集团全媒体记者 张琬茜

“三亚很美，非常期待这次盛会！”“希望在这里结识更多新朋友！”……面对媒体记者们递来的话筒，香港代表团龙舟项目运动员黄羲汶、蔡菲玉难掩内心的激动与喜悦。

11月22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)在三亚盛大开幕。今年，香港和澳门首次派出代表团，将参加多个项目的比赛和开幕式表演。

据悉，香港代表团由112人组成，将参加毽球、民族武术、龙舟3个竞赛项目，以及舞龙表演项目；澳门代表团由49人组成，将参加民族武术竞赛项目和舞狮表演项目。

“这是一场具有深远意义的运动会，各族运动员在拼搏进取、同台竞技的同时，能够在分享和沟通中增进友谊、加强认同。”香港代表团团长蔡健斌表示，希望各位运动员能把握机会，与全国各民族健儿交流切磋，深入了解独特文化，开阔视野，并将经验带回香港。

“作为一次中华民族大团圆的盛会，运动会不仅能积极弘扬民族体育精神，推动运动项目的广泛普及，也为广大群众了解澳门发展提供了广阔平台。”澳门代表团副团长张子轩说，今年是澳门回归祖国25周年，希望借助此次体育盛会，促进各民族交往交流交融，增进彼此的友谊。

赛场上，攀椰竞速、独竹漂、民族武术等一个个极具民族特色的传统体育项目，“拉满”了运动员们的期待值。“平常很少能接触到这些传统体育项目，期待这次能现场观摩精彩的赛事。”香港代表团毽球项目运动员林婉萍说。

连日来，三亚劲吹“民族风”，各族运动健儿身着传统服饰惊艳亮相，给香港代表团毽球项目领队林志伟留下极为深刻的印象。“如果有机会，很想近距离欣赏这些精美的民族服饰，聆听各族运动员们分享不同的民俗文化。”

“我们还和其他代表团的教练、运动员互加了微信，交流比赛技巧和经验，期待未来能有更多机会参与全国少数民族传统体育运动会。”澳门代表团民族武术项目教练梁忠灵说。

(本报三亚11月22日电)

以赛传谊 共赴盛会 香港、澳门首次派出代表团参加全国少数民族传统体育运动会



11月22日，运动会开幕式上的表演节目。海报集团全媒体记者 李天平 摄

暖心

上海代表团运动员手写感谢信，点赞运动会贴心保障——你们忙碌的身影，是最美风景

■ 海报集团全媒体记者 邱江华

“你们忙碌的身影，是我们全体参赛选手运动员抵达三亚后，公认的最美风景……”11月21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)表演项目竞赛事务组工作人员李多杰收到了一封上海代表团火舞绳花队队员梁厚德手写的感谢信，让他意外又感动。

感谢信的由来还要从11月19日起。那天是上海代表团火舞绳花队来

到三亚的第二天，一大早，该队便前往三亚市体育中心体育馆进行赛前适应训练。

“前一日的舟车劳顿、对新环境的陌生以及初入比赛场地的紧张，让我们每个队员心里都绷着一根弦。”梁厚德回忆说。训练结束后，队员们匆匆整理随身物品离开场地。不料，离开体育馆，登上车后，梁厚德才发现音响被落在了赛场。

“音乐是我们参赛作品的灵魂，且全队只有一个音响。”梁厚德万分焦急，

当时很快就要发车了，且体育馆各进出口把控严格，他无法自行返回寻找。无奈之下，他只能给李多杰打电话求助。

“别着急，我现在就去找音响！”李多杰轻声安抚后，立即跑去体育馆找音响，不过几分钟，他就找到音响并将其送到梁厚德手中。其实，在此之前，李多杰还帮上海代表团火舞绳花队一名运动员找回了遗失的手机。

上海代表团火舞绳花队教练韩耀刚还记起，当时是中午，正值太阳最烈的时候，看到李多杰向他们快步跑来，

满头热汗，他们心里都感动不已，“若不是他及时帮忙找回物品，我们后面的训练节奏都会被打乱”。

“当时我们就商量，要给这些负责的工作人员写一封感谢信。”韩耀刚说，这些贴心服务保障让他们倍感放松，能以最好的状态迎接运动会。

收到感谢信，李多杰笑笑说，这是对他工作的肯定，“我们要做好东道主，用赤诚的心为运动员提供服务，让他们来了三亚就像回家一般温暖。”
(本报三亚11月22日电)

刻苦

龙舟项目今日开赛，记者提前探访海南代表团训练现场——鼓声、桨声、呐喊声不断

■ 海报集团全媒体记者 袁玉龙 邱江华

第十二届全国少数民族传统体育运动会(以下简称运动会)龙舟项目11月23日开赛，海南代表团准备如何？海报集团全媒体记者提前探访，11月22日，在三亚河训练现场，海南代表团龙舟项目运动员备战正酣，鼓声、桨声、呐喊声交织在一起，紧张而有序。

“咚！咚！咚！”随着鼓点急促响起，运动健儿们仿佛被注入了一股力量，他们紧握船桨，跟随着鼓点的节奏奋力划动，龙舟如同离弦之箭，在河道上疾驰而过。在龙舟的“C位”上，鼓手卓小帅稳坐如钟，他紧握鼓槌，有节奏地敲击着鼓面，发出阵阵激昂鼓声。作为龙舟队的“灵魂人物”，卓小帅深知自己肩负重任。“我从2021年开始加入龙

舟项目，划手对身体方面的要求会更高，而鼓手则需要进行专门的节奏训练。”卓小帅说。

卓小帅解释说，鼓手要根据比赛的实际情况，灵活调整鼓点的节奏和强度。需要加速时，鼓点会变得密集而急促，激励划手们加快划桨频率；需要保持稳定时，鼓点则会变得平稳而有力，帮助划手们保持节奏和力量。“划手们要根据鼓手的指挥，灵活调整自己划桨的力度和速度，以取得更好的比赛

成绩。”卓小帅对本次比赛充满期待和信心。

随队运动康复师杨祺是龙舟运动健儿们的守护者。在紧张的训练间隙，他运用专业的按摩手法、物理疗法以及运动康复治疗，为健儿们进行放松和恢复治疗。“我从9月来到三亚与运动员一起训练。”杨祺告诉记者，“在训练前，我会使用肌贴固定他们的肌肉，防止二次受伤。每天训练结束后，他们会到我的房间进行按摩放松，以缓解肌肉疲劳。”

龙舟项目海南代表团教练刘长青介绍：“队员主要是海南热带海洋学院学生，他们基本上是从8月1日开始集训到现在。这是一支由多民族组成的海南代表队伍，平均年龄在24岁。”刘长青对队员们的表现给予了高度评价，虽然是“学生军”，但训练刻苦、有拼劲。对对手实力有清晰认识，心理状态良好。“我们将充分利用主场优势，在赛场上展现海南代表队的风采。”
(本报三亚11月22日电)



11月22日，海南代表团龙舟项目运动员在三亚临春河紧张备战。海报集团全媒体记者 韦茂金 摄



香港代表团龙舟项目运动员黄羲汶(左)、蔡菲玉(右)。海报集团全媒体记者 谢式伟 摄



澳门代表团合影。海报集团全媒体记者 谢式伟 摄



11月22日，运动会开幕式上的表演节目。海报集团全媒体记者 李天平 摄