



# 青春鲨啦啦 人美舞也赞

129比87击败四川男篮,上海男篮用一场客场大捷走出了两连败的阴霾,而重新回到主场的他们也将在今晚迎来广东男篮的挑战。整个第二阶段至今,大鲨鱼在上海体育馆的战绩为九战全胜,这其中自然离不开“球队第六人”——idance拉拉队的功劳。

自2009-2010赛季开始成为上海男篮主场的拉拉队,这已经是idance拉拉队与球队一同奋战的第十五个年头,已然成为了这支球队不可或缺的存在。而在看似光鲜亮丽的舞台背后,却埋藏着不为人知的事情和默默付出。

成立于2008年的idance拉拉队的队员们,悉数都是兼职,其中既有来自各行各业的精英,也有不少来自上海各所高校的大学生。因为喜欢跳舞,因为热爱篮球,因为支持上海男篮,她们走到了一起,站到球场中央,成为这支球队最忠实的“第六人”。尽管相较于比赛本身,拉拉队姑娘们受到的关注度并不算多,登场跳舞的时间也相当有限,但她

们会抓住每次机会,尽可能将最好的一面展示给球迷,带领球迷们一同为球队呐喊助威,“拉拉队永远都是和球队一条心的。无论球队的战绩好坏,我们都需要呈现最好的状态给到球迷,传递正能量的一面给大家。”idance拉拉队副队长琳琳姐说道,“另一方面我们也希望通过自己的演出和互动,让球迷们能在紧张的球赛氛围中获得一丝松弛感,得到更好的观赛体验。”

连续两个赛季,idance拉拉队连续两年受CBA公司邀请,前往厦门成为CBA全明星赛的表演团队,均荣膺CBA公司官方颁发的“优秀拉拉队”称号,而鲜花与掌声是全体每个赛季努力排练和精心准备的成果,“非赛

季期间,我们每周都是要训练的,周六的常规训练会分体能训练和舞蹈训练两个部分,一般都要三、四个小时左右。赛季期间,我们也是基本保持这个频次。如果是工作日比赛,我们会前一天晚上到场馆进行排练,周末的话就是当天下午走场。”据idance拉拉队队长俏俏介绍,队伍每个赛季至少会准备10到12支常规舞,然后根据一些特殊的时间节点,进行其余的舞蹈编排,整体的数量维持在14到16支左右,并且每个赛季都会进行更迭,“如果一直跳重复的舞蹈,也怕球迷们会出现审美疲劳,所以为了给大家增添一些新鲜感,我们每个赛季都会更新自己的舞蹈,增添一些不同的元素和风格在里面。”

本版撰稿 本报记者 薛思佳

## 与球队共享成长和喜悲

在去年的CBA全明星赛上,20支球队的吉祥物悉数亮相,而上海男篮吉祥物“钢铁直鲨”的扮演者正是idance拉拉队的队员——婷子。值得一提的是,她是20位演出者中唯一的女生,“我一开始就扮演吉祥物了,从最早在源深那个胖乎乎的鲨鱼,到现在这个修身版的钢鲨。”临近每场比赛开始之前,婷子都会穿着里三层外三层的吉祥物服饰,去到球馆与球迷进行互动,而所有的动作设计都源自于她自身的一些想法,有时甚至会会和队友们一同完成舞蹈的表演,“这个服饰确实很沉,穿在身上感觉很闷热,如果要跟着做舞蹈动作需要消耗很大的体力,所以每场比赛结束都是大汗淋漓。”

从源深体育中心,到东方体育中心,再到上海体育馆,idance拉拉队一路见证了上海男篮的起起伏伏,伴随着球队一同成长,其间既感受过胜利的喜悦,也品尝过失利的苦涩,“这是

我跳的第十个赛季了,可以说把自己的青春全部献给了上海男篮。”idance拉拉队的副队长琳琳姐坦言工作和跳舞几乎占满了自己的全部时间,除了工作之外,她将自己大部分的精力倾注在了自己所热爱的舞蹈上面,“我认为赛场有一股很神奇的魔力,即使工作再辛苦再累,到了球场上感觉就像充满了电一样。有时候真的会觉得这支球队带给了我很多力量,反哺我很多,特别是在解压这方面。”

同为idance拉拉队副队长的糖糖,在球场上的另一重身份是“解说员”,时常会对场上发生的种种进行点评,“以前最喜欢弗雷戴特,现在最喜欢洛夫顿,一方面他确实给这支球队带来的不一样的变化,另一方面他性格和长相也很讨喜。”据糖糖透露,每当球队一整个赛季结束的时候,队里的不少队员都会掉眼泪,“确实每个人对这支球队都有着很深的感情,也希望上海男篮能够越来越好!”

## 白天是“Angel”,晚上变“Dancer”

随着社交媒体的迅速发展,idance拉拉队如今在球迷群体间拥有着不错的口碑和人气,队员们也会时常分享自己的舞蹈和生活日常,吸引到了不少球迷关注。其中一位叫咖喱的队员,曾因一条“左滑帮我变成CBA篮球宝贝”而走红于网络,“我的本职工作是护士,可能大家觉得两张照片很有反差感,所以下火了。”

自2018年开始,咖喱成为了idance拉拉队的一员,奉贤上班、家住

金山的她几乎每场比赛都要驱车近150公里,“最累的就是上个赛季,上午从金山到奉贤,下午从奉贤到上海体育馆,晚上再从上海体育馆回家。我记得最忙的时候是2023年的12月份,当时我被抽调到金山公共卫生服务中心,白天帮忙救治重症病人,到了晚上去球馆跳舞。”即便如此,她上赛季还是做到了主场全勤,“累是累,但很开心。感觉去球馆跳舞就是一个工作上的盼头,可以尽情地释放自己,还可以为喜欢的球队加油。”

类似于咖喱这样“为爱发电”的队员,在idance拉拉队中并不罕见。因为全部都是兼职队员,所以请假跳舞在队里面是家常便饭的事,有的队员甚至在比赛结束之后,还要回到公司加班,而像宁宁这样的大学生,一到期末考试阶段就是最为忙碌的时候,“每年印象最深的时候其实就是期末考试,下午还在考试,晚上就直接过来跳舞了,可能还要背着第二天考试的书,见缝插针地复习一下。”



## “赢球不换开场曲,带伤也要侧手翻”

球队战绩的一路上扬,让上海体育馆再次呈现一票难求的景象。今晚对阵广东男篮的比赛,俱乐部早就贴出了球票全部售罄的公告,球市的火爆程度可见一斑。

从第一阶段主场一胜难求,到第二阶段主场九场不败,上海男篮完成蜕变的速度几乎超出了所有人的想象,其中也包括了始终陪伴球队左右的idance拉拉队,“确实有点没想到球队在第二阶段迎来如此大的反弹。”身为idance拉拉队的副队长,银子是队内服役时间第二长的

队员,过去几个赛季她的主场出勤率都稳定在90%左右,与此同时,她近几个赛季都会被安排进行编舞工作,从最初的《霍元甲》、《白玉兰》、《绝世舞姬》,再到如今的《APT》、《新年快乐》等舞蹈都来自她的创意和想法,“平时会看大量的视频资料,尽可能地让队伍的舞蹈风格更加多元化一些,同时更加契合这座城市和这个球队的格调,也会结合当下的实时热点做一下尝试。”

自CBA联赛进入第二阶段之后,idance的开场曲目《寄明月》就

始终雷打不动,“因为第一次跳就赢球了,为了把这个好兆头延续下去,所以就一直没换歌。”在《寄明月》中,银子需要在开场做一个侧手翻的难度动作,而她自己也未曾想到这一翻就“完全停不下来”,以至于即使自己脚踝不慎扭伤,也会坚持在开场把这个动作完成,“大家都觉得这个舞蹈有点玄学的成分在里面。那能坚持就坚持一下,希望能够一直翻到总决赛!”

与银子共同怀揣总冠军梦想的,在idance拉拉队中不占少数。或许

起初她们只是因为热爱舞蹈,渴望展示自我,才来到CBA联赛的舞台上,但渐渐地随着时间的推移,她们与上海男篮之间的情感纽带也愈发深厚,甚至成为了她们生活中必不可少的一部分,即使是客场比赛,她们也会准时收看,关注球队的一举一动,“有次球队客场比赛,我们聚在一起看球,比赛临近开始前跳了一段《寄明月》。”看似傻傻的举动,却蕴含着对球队无限的爱意与支持,也正是有了idance拉拉队的默默付出,才让上海男篮的主场赛事如此精彩和难忘。

