



在桨声水影中—— 上艇 扩大朋友圈

■ SDBC 队获得冲刺赛俱乐部组别亚军



为期两天的首届“上艇”圆满收桨,填补申城水上赛事空白之外,也助赛艇运动驶入大众视线。其实在我们身边,赛艇爱好者的朋友圈正在慢慢扩大,他们因为共同的志趣聚拢到一起,发掘它独特的美,并成为赛艇文化、赛艇精神忠实的践行者、传播者。

初识赛艇有多美

为了首届“上艇”,SDBC俱乐部的会员从繁忙的工作中挤出时间备战。赛前下河熟悉赛道,圆明园路上各队的集合点,一袭白衣蓝色围巾的俱乐部创始人暴小暄特别醒目,她解释:“我们会员的特点就是每个人都注重审美。”

赛艇是流线与速度结合的美。罗宾第一次感受到这种冲击力是在英国留学的时候。有一天他租了条木船,没按固定路线走,结果从一条支流慢慢划进了泰晤士河,“我突然看见从很远的地方高速划过来一条小船,靠近才发现,那是一个当地人驾驶着单人艇。我的木船非常笨重,而他当时的状态更像是坐在一支铅笔上,手握两支铅笔划动,从我面前以可以想象的最快速度驶过。那一刻,我就对赛艇的那种精气神留下非常深刻的印象。”

因为对赛艇的敬畏感,罗宾接近它的第一步,是请教教练纠正自己的游泳动作,“就跟创业一样,首先要考虑最坏的结果。玩赛艇,先识水性。”早起,户外,阳光和新鲜空气,练赛艇最直接的收获是心肺功能提升,而罗宾因为个子高,练赛艇还能预防驼背,“划船有一个后倒的姿势,刚来练时,教练就指导我如何在船上把腰挺直。所以练赛艇的人精神面貌都很好。”在这个过程中,罗宾了解到暴小暄在朱家角淀浦河畔创立的赛艇俱乐部SDBC,经过一段时间接触,加入进来。

找到坚持的理由

俱乐部成立近五年,让暴小暄感慨的是,最初的一批老外会员离开后,国内的赛艇爱好者及时补充进来,并通过口碑传播,吸引更多会员加盟,“我们的会员绑定感很深。这种凝聚力分不同阶段,先是大家觉得这事跟自身的需求比较对路;下一个阶段,大家又去影响身边的人。”

陈家骏就是经朋友推荐,成为赛艇发烧友的。原本踢足球打篮球的他,觉得划船离自己挺远,但在好友的多番鼓励下,终于下水尝试,“当时上艇还蛮有压力的,生怕把朋友带水里去。”练习赛艇近半年,陈家骏跟随队友去鄂尔多斯比赛,惊喜地带回一枚铜牌。这让他坚信,付出的终会得到回报。

投入赛艇运动,需要激情,更离不开恒心。像“上艇”冲刺赛的训练,桨频可以达到35spm,心率165至175,而距离较长的追逐赛,要求多组训练桨频保持稳定。在划船器上完成一组,身上就汗流浹背,而如此强度的训练,须日复一日地坚持。

“人在工作中会有倦怠感,有时候,我一刻也不想去工厂,或者想离开那间办公室。”而在船上,在队友身边,陈家骏却能感受到满满的朝气,他慢慢觉得,赛艇是自己喜欢并愿意坚持下去的一件事情,“大家在各个行业里都取得成就,很多做得比我好。为什么他们能一路坚持?我可以学习取经。”

融入团队一分子

参加“上艇”的英国人詹姆斯,曾是剑桥大学赛艇队员。不过他纠正,在英国赛艇也不是大众运动,因为需要早起去河上划船,每天坚持训练,真能做到的人很少。来上海工作后,詹姆斯延续了自己的爱好,第一次走进SDBC俱乐部,他就惊讶于出色的装备、专业的教练、浓郁的氛围,“会员水平也非常高。”为什么不选一家老外为主的赛艇俱乐部?他回答:“我在这里组建了家庭,我喜欢中国,喜欢上海,俗话说‘入乡随俗’。”

赛艇是欧美人的专利吗?詹姆斯并不觉得,“中国很多成绩优异的运动都是团队项目,比如排球。东京奥运会上,中国赛艇队也拿了很多奖牌,证明赛艇也适合中国人参与。”更主要的是,不管你来自哪个国家、哪座城市,只要坐上艇,划起桨,内心都能感受到一种久违的平静。因为赛艇需要保持高度专注,即便一丝一毫的杂念都不允许。比如训练服的拉链没拉好,行船的过程中,船桨就可能钻进衣袋,破坏桨频,从而破坏整条船的驾驶。

然后,是融入团队。赛艇讲究人船合一,艇员都是团队的一份子,划桨时要去感受每一名队友给你的力的反馈,这时不是脑子决定手,而是从手、臀部传导到大脑。詹姆斯的队友,也是俱乐部合伙人的海洋感悟,一旦投身赛艇运动,就会积极融入到团队里去,“这是一个互相督促,相互信任的过程。因为如果不坚持下去,会感觉辜负队友和教练。”

2019年,时任徐汇区区长方世忠首次参加“上马”,跑完42公里全程。如今任职上海市文化和旅游局局长,他又成为首届“上艇”的参赛选手。从“上马”到“上艇”,方世忠笑称,在上海“打通”水陆两项大赛的,自己很可能是头一个。在SDBC俱乐部会员录制的参赛感言中,方世忠说:“两年前我跑完‘上马’全程,不仅感受到贯通的45公里黄浦江两岸美丽风景,而且在比赛过程中,深刻地体会到马拉松精神,那就是挑战自我,超越极限,永不放弃。这次我报名参加上海另一项体育品牌赛事‘上艇’,相信赛艇比赛也会让我们再次体验到刚刚贯通的40多公里苏州河两岸的美好生活,同时我们在训练过程中,已经感受到赛艇给我们带来的精神启迪,这就是更加专注,更加注重团队,保持向前的勇气……”

首席记者 金雷



场外音

都是呈现者

◆ 金雷

2017年时,全国民间创立的赛艇俱乐部也就四五家,此后这个数字不断增长。这次报名参加“上艇”的,就有20家俱乐部的队伍,其中上海的占了一半。

有人认为赛艇为舶来品,太高端,其实是误解。赛艇,门槛并不高。几千元的专业划船器已经迈入不少家庭,越来越多的青少年投入到这项运动中来。这个基础上,让人向往的,是赛艇爱好者们营造的氛围。划船,是美好休息天的一部分,如果还能与志同道合的新友一起相处,何乐而不为?

接触赛艇时间久了,你又会有的感悟。为什么牛津剑桥的赛艇对抗赛这么有名?并不是因为名校的光环,而是通过比赛能让人了解这些学子要付出比别人更多的努力。当你具备更多的责任感时,就会积极地去感染身边的人,帮助他们了解,参与赛艇运动的过程中不必在意成绩,在乎的,是经过刻苦和持久的训练,体验到了什么。

专注、团队、向前——精神上,今天我们比任何时候都需要这样的指引和激励。感恩“上艇”的创办,不仅延续上海的历史文脉,也激荡这个时代的回响。朋友们,特别是年轻朋友们,试着拥抱赛艇运动吧,因为,我们每一个人,都是这座城市软实力的呈现者。



扫描二维码
看“上艇”专题