

两人结婚时，曾因一组“史上难度最高结婚照”火爆出圈：新郎在鞍马、吊环、单杠等器械上摆出各种高难度造型，和新娘甜蜜互动——看到这里，你就知道，他们的孩子有体操基因实在再正常不过了。

严明勇参加过多届体操世锦赛和全运会，是中国体操界的一棵常青树。32岁那年，在天津全运会体操比赛男子吊环决赛中，严明勇作为场上唯一一位“爸爸级选手”，最终获得亚军。那一天，7个月大的小新一跟着妈妈一起来到决赛现场为爸爸加油助威，对于体操的热爱，或许就在全中国最高水平的竞技场萌发了。

2018年退役后，严明勇和马秋静共同在浦东创办了新一小伙伴的俱乐部，希望能推动体操项目普及，让更多青少年参与体操运动。从小的耳濡目染，新一对体操充满了热情。家里的加厚爬行垫可以练翻跟斗；一根家用单杠，成了他练引体向上的场地……才5岁，他已经掌握了不少基本的体操技术动作。

马秋静4岁开始练习体操，体操训练枯燥乏味又辛苦的印象在她这里完全被打破，“小时候身体弱，父母把我送到了体校练体操，我从不觉得体操是辛苦的，相反，体操的训练有一个循序渐进的过程，而当你每取得一样突破，都是乐趣无穷的”。

严明勇曾因一组“史上难度最高结婚照”火爆出圈。



新一对体操充满了热情。家里的加厚爬行垫可以练翻跟斗；一根家用单杠，成了他上下翻腾的场地……

“因为体操，成长过程中我一直有一种骄傲和自信，这对于孩子来说是非常重要的。”

在孩子的兴趣培养上，严明勇和马秋静其实并不做干涉，他们希望孩子多听多看多感受。“我给他报过街舞班，但每次上课他都不是很积极；然而每次要去体操训练，他高兴主动地催着我去训练场。”为什么有这样的区别？马秋静总结了一下区别，“因为街舞呈现出来的样子虽然很酷炫，但练舞时基础动作的重复训练其实是非常枯燥的，这对于小朋友来说很难坚持；而体操场地的项目很多，花样也很多”。

体操是玩出来的，这个观点在新一家被贯彻得很彻底。疫情期间，父子二人还合拍了一组宅家锻炼的视频，严明勇和孩子一起展示如何借助沙发和地毯，完成简单的亲子体操动作，用玩耍的形式达到健身的目的。“大众对体操有误解，觉得体操很辛苦。诚然，要达到顶尖水平，因为这是突破人类身体的极限，肯定要吃苦的，但任何行业的顶尖都是如此。但对于普通人来说，体操训练反而是最好的入门，它教会你怎么走路，怎么跑步，哪怕以后要转项，体操也能给你一个非常好的基础。”马秋静不久前给自己带的体操小运动员安排了转项，“这是根据每个孩子的天赋和特长来选的。有一个孩子9月份转到蹦床项目，只练了2个多月，这次在市运会拿到了第五名的成绩，已经非常棒了。这也说明体操的无限可能”。

不久前，夫妻两人都参加了上海市运动会，严明勇是体操比赛裁判，马秋静则是参赛队伍的教练，新一本来也跃跃欲试，不过因为各种原因没能组队成功。“继续好好训练，下一届的市运会上，应该就能看到他的比赛了。”严明勇和马秋静对此充满期待。■