

新市运 青少年的运动狂欢 学生军的健康派对

逐梦的青春最美不过

你最珍贵。
少年的梦想需要呵护，青年的理想备受鼓励，昨天下午，第十五届上海市运动会在东方体育中心隆重开幕。一轮青少年的运动狂欢，一场学生军的健康派对，在追逐梦想、超越自我的路上，你们成了当仁不让的主人翁。新市运，新梦想，新辉煌，为你们昂扬的青春，点个赞。

梦开始的地方

有梦想，才有远方。
“一二三四，二二三四……”近千名参加市运会“小达人”、“小铁人”比赛的小运动员代表展示跑步、摇摆铃、平板支撑、力量练习等身体素质项目的训练实况。王励勤则站在他们的身边，喊着口号为他们加油，世界冠军陪着近千位小运动员做完了走向运动场前必需的力量训练。伴随着欢快的音乐，陆上划船，跆拳道演绎，迷你足球赛，一个又一个的项目“快闪”亮相。在上海，只要你有兴趣，就可以找到起航之地。今年的最新数据显示，上海的业余训练项目包罗万象，无论是传统的乒羽、足篮，还是时髦的马术、击剑，花样滑冰、高尔夫，都在身边触手可及。夏季运动会、冬季运动会及全运会项目在民间开展，已达到 32 个大项，40 个分项。
少年强，则国强。行云流水，展现刀枪之美；至刚至柔，演绎太极之魂，在千年武术的魅力演绎中，看见中国人未来的精气神。2500 名普通学生，将他们的课余生活搬上舞台。这里是他们梦开始的地方。“每个人都该有一项自己喜欢的运动，并且陪伴一生。或许这其中只有很少一部分人能够最终成为专业运动员，但参与运动，一定会永久受惠。”上海体育局局长、市运会组委会副主任李毓毅鼓励年轻人“一人有一个梦想”。讲理想，有文化，长兴趣，少伤病，多成才，新时代的运动先锋非同凡响。

心追逐的方向

姚明来了，NBA 的明星来了，他们的出场，让孩子们尖叫。站在身边的体坛超大牌，并非咫尺天涯。姚明们，正是他们追逐的目标与方向。
百万市民大投篮的活动现场，被搬到了开幕式上。姚明为领队的上海篮球“民星队”与 NBA 篮球“明星队”进行三分球及技巧对练，双方球员代表还向 200 万个进球冲刺。十，九，八，七……一，明星队与“民星队”通力合作，完成了代表着参与和健康的第 200 万个大投篮。

不仅仅是姚明，跨越半个世纪的海上体坛世界冠军们都来了。他们中有老资格的徐寅生、李富荣，有中生代的庄泳，更有小字辈的庞佳颖、眭禄等人。他们代表着上海体育的过去与现在。而刘翔的亮相更激起全场喝彩，刘飞人寄予青少年运动员：“有梦想才有希望，有追求才有目标，有行动才有收获。”明天，就在这群孩子们的手中。

可期待的明天

《启·梦》《拼·搏》《活·力》《传·承》和尾声五大篇章，共同写就了开幕式的热闹与隆重。主题鲜明，互动强烈的展示表演，由体育运动展示、重点人物深度互动、体育主题互动组成，展现了上海体育的改革创新，上海体育人的拼搏向上，上海体育事业的传承发展。
未来六个星期，年轻人将在市运赛场上展开一场别开生面的青春比拼。在运动场上去体会拼搏、竞争、胜负这一个人生的课题。也许市运会只是你人生中的一个插曲，但只要经历过体育之魅，就会难忘这段成长记忆。“尽力去展现自己的风采，明天你会为这段经历而自豪。”李毓毅同样期待上海体育的明天。从市运会中走出来的明星们就是榜样，明天，你也可以成为下一个刘翔、下一个姚明，又或者，只做更出彩的自己。

本报记者 华心怡



刘翔等从市运会走出的体育明星为小运动员加油鼓劲

王佳斌 摄



王励勤指挥学生们做运动



姚明和 NBA 球星来助阵



小选手进行跆拳道表演
本版照片除署名外均为
本报记者 陈意俊 摄

老中青世界冠军来到 年轻人的舞台——

荣耀传承 精神接力

半个世纪，上海体育的荣耀由他们写就。昨天的第十五届上海市运动会开幕式，从历届市运会走出的老中青运动员代表徐寅生、庄泳、姚明、刘翔、王励勤等 25 位在世界体坛享有盛誉的体坛人物，出现在青春的舞台，为小运动员加油鼓劲，为未来之星引领航向，扬帆起航。荣耀，就此传承。

元老级：徐寅生 李富荣

语录：体育锻炼打磨心志

徐寅生 76 岁了，神清气爽。退休多年，他还有着打网球的习惯。市运会看到那么多年轻人的风采，徐老很是感慨：“运动会一直都可以最好地检验运动员的竞赛水平。有的人平时练得好，比赛时难有发挥，这就有问题。临场意志品质非常重要。”市运会又是非正规的赛事，“不是每个人都会走上专业运动员道路，但体育锻炼很好地打磨一个人的心志，无论今后走上什么岗位，都会在各行各业中发光发亮。”
与徐老一样，李富荣也是乒乓球的功勋球员，也都在国家体育总局担任过要职，李富荣自称小弟，今年他 72 岁。“1957 年我参加过上海青少年运动会的乒乓球比赛，当时得了冠军。”市运会是发现新人的最好舞台：“不仅可以发现好苗子加紧培养，通过全民参与的方式，也可以提高人民健康素质。”

中生代：刘翔 王励勤

语录：市运会就像奥运会

一转眼，刘翔已过三十而立。在体坛，算是“大叔”级的人物。他清晰地记得自己 1998 年参加过第 11 届市运会，当时他代表普陀区出战，最终拿了两个冠军，“跨栏的成绩是 14 秒多，百米好像是 11 秒多吧。”那时才 15 岁的刘翔，比赛前一晚辗转难眠，直到把号码布在背上别好、所有东西都准备好才敢睡觉。刘翔当时还不可能意识到自己以后会成为跨栏飞人，更不会想

到能夺得奥运冠军、创造世界纪录等：“想得最多的，就是争取成绩要好一点，为区里多拿一些分数。”刘翔还以老大哥的身份，建议现在的弟弟妹妹们享受市运会：“市运会是一个很好的舞台和阶梯，能够有很好的传递作用，希望大家不要有压力，不要想太多。”

王励勤参加过 1990 年第 9 届市运会，那时他还没进上海队，还算业余选手，觉得有机会参加市运会锻炼价值很大：“在那时，参加市运会和参加奥运会一样光荣，自己代表闸北区参赛，觉得荣誉感非常强。”由于年龄小，王励勤参加的是最小组别的比赛，他还记得自己获得团体赛亚军、单打第八名：“参加这么重大比赛，遇到很多强手，发现自己还有不少缺陷，同时下决心继续努力。市运会后我也算是发愤图强吧，能够一步一步走到现在，可以说当年的市运会对我来说是一个事业的起点。”

小字辈：眭禄

语录：轻松上阵做好自己

90 后的眭禄，是世界冠军阵营中最小的一个。她已经记不清自己参加过市运会时多大岁数，不过有一点她没有忘记，自己当时在所参加的 6 个项目里拿了 5 个冠军和一个亚军，那之后她就顺利入选了国家队。那时代表卢湾区出战的眭禄还没有意识到，那届市运会是自己练体操以来所参加过的最重要的比赛。“当时年纪还小，还没有体会到市运会的重要性，感觉稀里糊涂就拿了冠军。现在想起来这反倒是一件好事，其实就应该轻松上阵，做好自己就行，如果当时意识到市运会的重要性的话，也许就发挥没那么完美了。”

光荣与梦想，从未离开过这座城市。在上海，每一个体育人身上都有着冠军精神。昨日和今天，他们为我们写下传奇。精神接力，明日，期待你的闪耀。

本报记者 华心怡 李元春