



# 撞来撞去少 窜来窜去多

女子七人制橄榄球稍显『温柔』

这是发生在昨天下午女子七人制橄榄球江苏队和香港队比赛中的一幕：比赛还剩1分钟，江苏队以15比12领先，香港队准备最后一攻。只见一个身高仅1.65米的香港队队员，像一条鲛鱼一样，在江苏队防守队员面前，窜来窜去，逐一绕过，连裁判都跟不上她。10秒、9秒……现场观众屏住了呼吸。最后3秒时，在一片尖叫声中，这名香港球员成功达阵了！按规则，达阵获得5分，香港队完美绝杀。

不到最后一秒，预知不到最终结果。现场一位工作人员看得津津有味：“这规则挺简单，不一会就看明白了，而且还会看人迷。”

比赛开始前，很多观众都认为女孩都必须穿上“盔甲”，都必须体壮如牛。还有很多观众认为，女孩打橄榄球会让男朋友害怕。其实，他们都错了。

狂热，亢奋，却不粗野，这是英式橄榄球的性格。七人制橄榄球项目被称为绅士运动，因为规则严格，不允许任何野蛮的犯规动作，比如肘击、拳击头部等。同15人制橄榄球相比，由于人数少了，队员之间的空间就大了，碰撞几率和强度也会下降。所以，这是橄榄球大家族中最“温柔”的一个项目。

七人制橄榄球，不论男女，只要做好基本的防护，就可以上场去拼杀。这个项目最需要的，是速度和敏捷，“七人制橄榄球是一个包容性很强的运动。有的人很壮实，抗撞能力很好，而瘦小的人如果灵巧迅速，照样可以做前锋。每个人都能找到自己的位置，在比赛中展现自己的综合素质。”澳大利亚资深橄榄球评论员阿隆·张说。

尽管橄榄球是舶来品，但昨天的女球员，已经将这项运动的女人味演绎得淋漓尽致。

梅艳芳在《女人花》中唱道：我有花一朵，种在我心中，含苞待放意幽幽……橄榄球的姑娘们，心中都有一朵花，美丽和芬芳，由内而外。 特派记者 陶邢莹

(本报沈阳今日电)

## 收视指南

上视五星体育频道今天19时30分全运大直播；央视五套今天17时转播全运会场地自行车女子、男子团体竞速半决赛、决赛，19时转播全运会体操男子团体决赛。

## 护身装备

**牙套：**通常到香港购买或自行订制，价格由几十元至数百元不等。

**头盔：**只有前锋需要，并且与美式橄榄球那种钢盔完全不同，只是外包一层软海绵垫而已，价格由七八十元至数百元不等。

**护胸：**女球员的特别装备，是一种软海绵垫背心，价格由数十元至二三百元不等。

**防晒霜：**SPF指数至少30+，出门前涂一次，抵达球场后涂一次，上场前再涂一次。



女子橄榄球队员的发型千姿百态，争奇斗艳

本版图片 特派记者 周国强 摄

# 淑女变猛女成靓女

## ——走近打橄榄球的女孩们

从事女子橄榄球运动的，究竟是什么样的女人？猛女、淑女还是靓女？

中国橄榄球队主教练张志强说：“如果你场上强悍，场下就更美了。女人永远有女人的美。”

昨天全运会赛场首次举行女子七人制橄榄球比赛，6支队伍在沈阳农业大学捉对厮杀，本报记者带你走近玩橄榄球的运动女孩。

### 化着烟熏妆上场

郑家慈 香港队 幼儿园教师

爱穿晚礼服的郑家慈，就像是动画片《我是希瑞》里的女神，摇身一变，就成了飒爽的橄榄球运动员。球场上的她，化着精致的烟熏妆，抱住对方球员时毫不含糊。

郑家慈是个大眼美女，笑起来有甜酒窝，戴着闪闪发光的耳钉。文静的外表和她在球场上的表现南辕北辙，郑家慈打了个比方：“就像有些女强人在公司号令天下，回到家却是贤妻良母。我全身心投入橄榄球时，就是个运动女孩，走下球场，我也是个爱美的、温柔的姑娘。”

原本是个美女，练了橄榄球，会变成没有男人爱的野女吗？郑家慈开朗一笑：“我男朋友也练橄榄球。”原来，玩了9年业余橄榄球后，郑家慈参加香港海选，被教练挑中入队，渐渐地，两人发展成恋人关系，本届全运会，他们代表香港男女队一同来参赛。

郑家慈还透露，自己的本职工作是幼儿园老师，教小孩练体操。将孩子交到郑家慈手上，家长们放心，觉得她能培养孩子坚强的性格。

### 3个月增重5公斤

新琦 安徽队 中国农业大学硕士

美女都爱减肥，赵新琦却不得不增肥。三

个月里长5公斤体重，赵新琦为的是增强自己的对抗能力。但她从未后悔过，因为，自信的女人最美丽。

作为体育特长生，赵新琦的专项是三级跳远，考入农大后加入了橄榄球队。“可难考了，我的师姐百米跑速度在12秒2左右。”虽然有田径底子，可赵新琦不够壮，前三个月，她每顿早饭都要吃三个鸡蛋。“我照了照镜子，吓坏了，怎么那么壮，由于内分泌失调还长了好多痘痘。”赵新琦回忆说。

但很快，赵新琦不再懊恼，她发现，在场上做女铁人，是一件很光荣的事。“刚练了一年，我便有幸代表国家队出去比赛，有一年在美国打邀请赛，我们在两个主力受伤的情况下拿了冠军。那一刻，全场的老外都为我们欢呼鼓掌。女铁人，是个褒义词。”

### 为打球炒老板鱿鱼

陈朗诗 香港队 白领



34岁的陈朗诗还在编织一个奥运梦。

陈朗诗曾是一名白领，公司老板是美国人，拉着她一起玩橄榄球，那时候，陈朗诗已经20多岁了，身高只有1.60米，她只是想玩玩减肥，却从此欲罢不能。这些年，香港玩橄榄球的女性越来越多，每周还能搞一场联赛，陈朗诗在这个圈子里出了名。被招募到香港队后，她索性炒了老板的鱿鱼，“老板为我高兴，因为他自己都坚持不下去，他还给我发来邮件，很羡慕我能追逐自己的梦想。”

当然，最初大家都持反对意见，姑娘还没嫁出去呢，怎么可以从事那么野蛮的运动。渐渐地，家人发现，陈朗诗反而变得更细腻了，“我以前生活习惯很不好，熬夜、抽烟、喝酒。从

事橄榄球之后，早睡早起，健康饮食。这样一来，父母对我才放心。”

陈朗诗的梦想，是从全运会起步，参加亚运会，乃至登上里约奥运会的舞台。“香港从来没有团体项目打入过奥运会，现在，就看我们的了。留给我的时间不多了，我已经34岁了。”

### 脑力碰撞更重要

刘艳 北京队 中国队队长



普通人眼里，橄榄球有点野蛮。实际上，女子七人制橄榄球是项充满智慧的运动。

刘艳介绍说：“七人制橄榄球，没有大家想象中那样血腥暴力。同15人制相比，因为人少，所以跑动空间很大，跑位就变得格外重要。我们主要是要学会观察，比的其实是智力。”香港队教练罗伊德指出，“在女子项目上，脑力碰撞比身体冲撞更重要，你要思考通过怎样的路线，与队友配合后完成达阵。”

通过练习橄榄球，刘艳还从中领悟到了人生的哲理，“我觉得练橄榄球，可以让你学会在摔倒后爬起来，人生也是如此。不过这一点，是我练了1年后才领悟到的。”

昨天最后一场比赛时，沈阳突降暴雨。泥泞之中，场上的姑娘连滚带爬，横冲直撞。在有人达阵那一刻，全场掌声雷动。其实，认真的女人，无论穿什么衣服，都是最美丽的。

特派记者 陶邢莹(本报沈阳今日电)



扫一扫 添加新民体育微信公众账号



安徽队(深色球衣)与辽宁队比赛中激烈拼抢

## 讣告

原上海戏剧学院戏文系教授，博士生导师，享受国务院特殊津贴专家，我敬爱的夫君**宋光祖**先生，于2013年9月1日20时08分因病在上海第八人民医院不幸逝世，享年74岁。

告别仪式定于2013年9月4日(星期三)上午10时50分在龙华殡仪馆松柏厅举行。

爱妻 黄慰华 率子 宋庆泳 携孙 宋天明 泣告