

广场舞联盟第一轮分区展示圆满落幕

这里有您曼妙的身姿

这是《宁波老年》打造的大舞台，快来参加吧



6月5日，在宁波市广场舞联盟第一轮分区展示江东区的活动中，参赛的武舞健身队向记者展示了她们最美的风采。

记者 徐丽文 摄

跳广场舞的不光有大妈

6月5日，宁波市广场舞联盟第一轮分区展示最后一场江东区的活动在市体育中心举行，9支队伍展现了各自美妙舞姿。值此，为期半年的第一轮分区展示全部结束，近50支舞蹈团队参加，宁波市广场舞联盟的成员也扩大到近200支队伍。

宁波市广场舞联盟由《宁波老年》于去年年初成立，对所有广场舞爱好者和团队敞开大门，举行一系列广场舞展示活动。精彩的表演之外，这里还有舞者更加精彩的故事。

记者 徐丽文

32岁的徐立来自镇海区，她在舞蹈学校学过2年芭蕾。钟爱舞蹈的徐立，差一点就放弃了舞蹈，因为平时工作繁忙，加上孩子经常生病去医院，她已经有8年没有跳过舞了。

一次偶然的机会，徐立买菜时听隔壁的张阿姨说了几句广场舞，她傍晚散步时过去瞧了瞧，当时跳的是《芙蓉雨》，这首古风舞曲一下子把徐立吸引了，她决定

加入到这个队伍。

徐立第一次登台还是有点小紧张，才学了8个月广场舞的她没什么信心，但凭借着对舞蹈的热爱和执着还是让大家记住了她。也许是对自己刚才表现不甚满意，她平复了心情，仔细观察其他经验丰富的队伍，后来又跟着跳了一首《草原绿了》。一舞跳罢，大家都为她热情鼓掌，徐立的热情也被激发了。

马路边舞出“快乐阿婆”

来自江北区孔浦街道的“快乐阿婆”舞蹈队，平均年龄65岁，从最初的广场舞锻炼健身，到现在的屡次登台表演和比赛，一路走来艰辛又快乐。

79岁的何惠明是这支舞蹈队的队长，平日里除了组织大家在社区跳广场舞，还肩负着教学排练的重任。展示活动中，舞队表演的《和你一起看夕阳》就是她在电脑上学会教给大家的。这个团队能人很多，63岁的鲍阿姨兼任了

服装设计和制作任务，舞蹈队演出用的十多套演出服都出自她手，从设计到选料、裁剪、缝纫，鲍阿姨样样精通。

说起平时的锻炼和排练，何惠明戏称她们是一群“马路天使”。因为老社区空间有限，每晚团队的排练时间都要跟其他团队争场地，有一次还惊动了110出动调解。为此，她们开始谋求向外发展，参加各类公益演出，把表演和健身结合起来。

新宁波人跳“打工舞”

戴着一副眼镜的王乃君是一名新宁波人，已经到宁波12年了。工厂劳作一天后，她最喜欢用听歌的方式放松身心，这对跳舞很有帮助。“我的节奏感还可以，但以前从来没有跳过舞。参加展示活动，我最大的愿望是秀出自己的风采。”一首《打工的妹妹》舞曲被她演绎得动感而轻快，看得出她是在用这支舞

讲述自己的人生。

结束了第一轮分区展示，宁波市广场舞联盟诚挚地邀请各位热爱舞蹈的舞友们加入我们。如果您身边有这样的优秀选手、才艺达人，也请推荐给我们。只要您有一颗爱舞蹈、想展示的心，这个“群星舞台”都将敞开怀抱迎接您。

宁波市广场舞联盟
QQ群：389797774

“银龄金嗓”海选第二场结束

江北赛区比赛6月15日“再见”

6月7日，由《宁波老年》和宁波老年大学联合举办的“一诺康”杯宁波银龄金嗓好声音大赛第二场海选在江东老年大学举行，30多位老年唱歌爱好者参加本次比赛。6月15日（下周三）下午，江北赛区海选将在江北老年大学二楼举行，想要参加的朋友请抓紧时间报名啦。

在江东赛选海选的参赛者中，家住江东区王隘二村的张月香无疑是最惊艳的，一身梅红色的旗袍，让她看上去格外年轻。她告诉记者：“唱唱歌、跳跳舞，人就会年轻的，我现在每天

早上和我先生在公园里跳交谊舞，这套旗袍就是专门为跳舞做的。”张月香带来的是《十五的月亮》，她坦言这首歌唱得并不熟练，所以还随身携带着歌词。“人的一生可以没有官做，可以没有钱多，但不可以没有歌声……”在张月香的歌词单上，还写着这样一段话，是她为这次海选准备的开场白。

今年2月刚满60岁的汤志敏来参加比赛时连说“好险，好险”，因为他的年龄刚刚符合本次比赛的标准。汤志敏准备了两首歌，一首是《游击队之歌》，一首是

京剧《智取威虎山》中的片段，比赛前他一直再纠结，到底唱哪一首。一直到上台，汤志敏最终选择了《智取威虎山》。“我就是喜欢唱歌，原来在单位的时候经常哼哼，现在你们的这个舞台，我也来参与参与，开心一下，最后的成绩如何并不重要。”汤志敏说。

这次海选评委之一的宁波老年大学声乐老师冯晓珍表示，海选中，尽管每一位选手的水平参差不齐，但是大家对于唱歌的热情和投入都是一样的令人感动。

记者 蒋继斌

江北赛区参赛及报名须知

时间为6月14日下午3:00之前，节假日不能报名。
江北老年大学地址：
江北区人民路大吉巷22号（白沙公园对面），公交1、4、18、331、370、380、343、341、332、541、384路到人民路白沙路站下车。

报名方式：

- 拨打电话：87682666
- 微信平台：发送“银龄金嗓报名+姓名+年龄+赛区”到“宁波老年”微信公众号。

报名名额有限，额满为止。

注：考虑到可能出现赛区调整，以及各个赛区报名人数不一样、冷热不均的情况，您报名成功之后，我们可能对您的赛区重新划分和调剂。如果出现此类情况，我们会尽量尊重您的意见，同时也希望您能够配合我们的安排。



扫一扫关注
《宁波老年》

宁波康乐老年
俱乐部 QQ 群
274295074