

武术比赛宁波夺得4金 武生演员出身的老教练 本事了得



看省运

□记者 顾嘉懿 戴斌 文/摄

昨天，浙江省第15届运动会武术比赛结束了全部较量，最后一天比赛中我市选手在男子甲组规定南拳+自选南棍南刀全能和女子甲组地躺拳+两人对练(器械)全能两个项目上获得金牌，这样我市在本次武术赛事中共获得4金，相较于上届1金的成绩，进步明显。这其中，宁波队66岁的老教练陈汝华做了很大贡献。“我是赛场里最老的教练了，而且也不是武术专业出身。”他说，自己的目标是再努力一下争取带队参加下届省运会，“和年轻教练们再搏一搏”。

上届省运会，为宁波队获得唯一一枚武术金牌的选手胡钰莹就是陈汝华的弟子。这次，1998年出生的胡钰莹表现依然出色，在她参加的两个项目女子国际规定套路(拳)+自选刀棍全能和女子地躺拳+两人对练(器械)全能两个项目上都拿到了金牌。事实上，陈汝华最得意的弟子是女儿陈蓓，陈蓓于1999年获得了第五届世界武术锦标赛冠军。“女儿现在在上海体育学院当武术教练。其实我还有两个徒弟在广东队和上海队，那时候宁波还没成立武术队，所以送他们去了外地。”陈汝华说。

陈汝华的经历有点传奇色彩，年轻时，他本是宁海平调团的武生演员，拿手戏是要牙。30年前，陈汝华的女儿陈蓓开始练武，为了指导女儿，陈汝华也开始钻研武术，从此一发不可收拾。“开始的时候，我就是对照《中华武术》、《中华武林》

杂志上的封面图，看女儿摆的架子像不像，自己给她加工。”日积月累，原来对武术一窍不通的陈汝华愣是总结出一套自创的教学法。而陈蓓成为世界冠军后，陈汝华也随之出了名，前来求教的人越来越多。

宁海县金阳小学是宁波二少体在宁海设的一个武术训练点，2010年前后，陈汝华成了那里的武术教练，教学生练基本功，等孩子有了一定基础，再送到宁波重竞技训练基地。“我主要是给孩子们打基础，让他们练好身体的柔韧性、协调性，和所有拳种都要练的弓、马、仆、虚、歇五个步型”。因为属于“半路出家”，陈汝华曾遭到质疑，说他是“野路子”。为了给自己正名，66岁的陈汝华终于在今年年初考取了武术教练资格证。但他的自学依然没有止步，“武术是没有止境的，不学就没进步，专业出身的武人可能有局限，我没练过，就觉得什么都可以借鉴，不断吸收新的东西，比如去拉丁舞、摩登舞、芭蕾舞或戏曲里汲取营养。但无论怎么练，都不能忽略武术‘攻、防’二字的基本要义。”

这次比赛中，男子乙组的宁波选手王子文也是陈汝华的弟子，他在枪术比赛中以0.01分之差屈居亚军。“我从幼儿园就开始练习，自己很喜欢，爸爸也支持。”王子文昨天告诉记者，虽然觉得练武术很辛苦，但是自己还是会坚持下去，“我们现在文化课也很要紧，这次省运会就有文化考试，如果不过关，比赛成绩再好都不能拿奖牌。考试内容是语文、数学、英语，我最喜欢英语，因为以后想出国比赛，英语肯定会派上用场。”



宁波武术选手翁焯明在比赛中的镜头。

短讯

●10月19日，2014攀岩世界杯(中国吴江站)结束，宁波体工大队选手钟齐鑫以6秒02的成绩战胜捷克名将利博，勇夺男子速度赛冠军。钟齐鑫曾连续4次夺得世界锦标赛男子速度冠军，6次刷新世界纪录，创下了世界攀岩几乎不可超越的纪录。 通讯员 郑莹

●作为我市传统免费公益活动的全民健身大讲堂，本月的羽毛球培训班将于10月25日14:00至16:00在宁波市游泳训练中心羽毛球馆举行。本次主讲老师张冬梅是国家级裁判，多次执行奥运会、亚运会和全国大型运动会的裁判工作，主讲内容是羽毛球基本知识和技术练习。有意参加者请提前致电87023311报名，为保证上课质量，限额50人。 记者 戴斌

职场

81800018、87321099
聘年薪百万不是梦
挑战高薪，挑战自我13616582286
上午班双休本地已婚66852682
六院食堂招女工18906627941

诚聘

销售员30名，销售主管10名，销售经理3名，业务助理2名，人事经理1名
电话：13906619044
87292088王老师

租售

81800018、87321099
休闲娱乐 租转
江东某大型渔具店转让
18758323988E
鄞州宾馆和店面转18106637333
海曙棋牌室转让13305747709王
万达美容美发店转18957871259

商务服务

81800018、87321099
车辆信息
高价急售二手汽车
免费上门评估18868687777方
高价求购二手汽车
车好可略高市场价13857811288

商务服务

81800018、87321099
车辆信息
高价急售二手汽车
免费上门评估18868687777方
高价求购二手汽车
车好可略高市场价13857811288

商务服务

81800018、87321099
车辆信息
高价急售二手汽车
免费上门评估18868687777方
高价求购二手汽车
车好可略高市场价13857811288

商务服务

81800018、87321099
车辆信息
高价急售二手汽车
免费上门评估18868687777方
高价求购二手汽车
车好可略高市场价13857811288

宁波有宝清债咨询

清债专家合法快速清理个人、公司各类欠款，成功收费
电话：18368298919
地址：宁波市鄞州区万达广场48克拉天童北路1388号4602室

宁波远大检测/宁波华研诚聘

●质量负责人1名、●环境实验室主管1名、●卫生检测负责1名
●检测人员5名；
要求：本科及以上学历或中级职称；
●驾驶员2名；江东、北仑各一人
简历请发邮箱：hr@nbyuanda.com
联系电话：0574-83088736

诚聘

待业人员及管理干部
工作时间自由，上半天班，双休，待遇2000-7200，年龄22-55，学历高中及以上。
电话：15867579196韩老师
13123830775张老师

商铺店面 租售

江东沧海路100㎡店铺转让
上下两层，位置佳13757464999
海曙区长春路一楼店面出租，面积120㎡。电话1377069770

餐饮酒店 租转

和邦大厦旁650㎡大食堂转
火爆营业中位置佳13306611263
英高路烧烤店转让15968093928

上门一对一 82387378

得道教育，初高中、数、英、物、化、科学辅导，鄞州区
高江中路928号，电话18868904536
杨老师高中数学快速提分，5次保提20分无效免费18667426320
初高中在职各科教师87318081
初高中英语快速突破81095968

华东二手车

长期求购二手车13705742073
兴宁路558号火车站东200米
高价购车各档二手车
轿车皮卡货车等13056903116虞
雯雯二手车高价收购免费评估各种二手车现金付款快速过户首南
中路689号13905746435周
高于市场3千收车13095946666
高价收购二手车18657438361
车辆典当
按揭车、轿车典当13355958845

豪鑫清债

全国统一免费热线：4008602515
合法清理，借款、贷款、工程款小账立即解决，大账快速完成
全国受理 成功收费
0574-89868644 1330684948
宁波中山西路298号海光大厦1401

千鼎清债

全国受理 成功收费
咨询热线：
0574-88009816
18957461186
地址：宁波市鄞州区天童北路1107号
汇亚国际204室

美益物业招聘

(1)公司副总一名：要求大专以上学历；有五年以上物业管理经验。年薪10-12万。
(2)鄞州片经理一名：要求高中以上学历；有三年以上物业管理经验。年薪5-7万。
联系电话：87767378陈女士
13056905058

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

家电维修

惠安专业维修空调彩电87792460
搬家搬厂
便民搬家搬厂87662211
新天地搬家搬厂87935917
千喜搬家待优87778900

法律服务

离婚、房产、车辆债务87295238
专业清理，借款、贷款、工程款小账立即解决，大账快速完成
全国免费热线
4008602308
0574-87008044 15314574433
地址：宁波海曙中山西路298号海光大厦1310
专业合法催收全国企业、个人各类欠款

虎帮清债

全国免费热线
4008602308
13780058069
地址：民安路1018号新天地商务大厦1608室
律师带队，全国追讨，实力强大，经验丰富

宁波邦清清债咨询

专业追讨企业及个人借款、货款、工程款、三角债等各类欠款，快速办理，成功收费。
电话：13208078292
地址：宁波市中山路181号中农信大厦310室

美益物业招聘

(1)公司副总一名：要求大专以上学历；有五年以上物业管理经验。年薪10-12万。
(2)鄞州片经理一名：要求高中以上学历；有三年以上物业管理经验。年薪5-7万。
联系电话：87767378陈女士
13056905058

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

家电维修

惠安专业维修空调彩电87792460
搬家搬厂
便民搬家搬厂87662211
新天地搬家搬厂87935917
千喜搬家待优87778900

法律服务

离婚、房产、车辆债务87295238
专业清理，借款、贷款、工程款小账立即解决，大账快速完成
全国免费热线
4008602308
0574-87008044 15314574433
地址：宁波海曙中山西路298号海光大厦1310
专业合法催收全国企业、个人各类欠款

虎帮清债

全国免费热线
4008602308
13780058069
地址：民安路1018号新天地商务大厦1608室
律师带队，全国追讨，实力强大，经验丰富

宁波邦清清债咨询

专业追讨企业及个人借款、货款、工程款、三角债等各类欠款，快速办理，成功收费。
电话：13208078292
地址：宁波市中山路181号中农信大厦310室

人保培训中心招聘

会务、客房服务员若干，清洁工，厨师，驾驶员(A或B照)
电话：87196111转85012
87196111转81518
地址：海曙区大来街50号503室

酒庄转让

位于江东，有意者面谈。
电话：13857892358

别墅出售

本人因急需资金，欲将中山华庭一套4层临河别墅低价出售，房产证面积261平米，实用420平米。送1楼车库与花园，价面谈，谢绝中介。
电话：13003708297张女士

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

家电维修

惠安专业维修空调彩电87792460
搬家搬厂
便民搬家搬厂87662211
新天地搬家搬厂87935917
千喜搬家待优87778900

法律服务

离婚、房产、车辆债务87295238
专业清理，借款、贷款、工程款小账立即解决，大账快速完成
全国免费热线
4008602308
0574-87008044 15314574433
地址：宁波海曙中山西路298号海光大厦1310
专业合法催收全国企业、个人各类欠款

虎帮清债

全国免费热线
4008602308
13780058069
地址：民安路1018号新天地商务大厦1608室
律师带队，全国追讨，实力强大，经验丰富

宁波邦清清债咨询

专业追讨企业及个人借款、货款、工程款、三角债等各类欠款，快速办理，成功收费。
电话：13208078292
地址：宁波市中山路181号中农信大厦310室

第一医院食堂招聘

送餐员、面点师、切配、火灶厨师
工资面谈。
电话：15888567166庞
地址：第一医院

甬港南路饭店及旺铺转让

(1)饭店1-2楼700㎡，设施齐全，有停车场，适宜教育培训、会所等；
(2)路边旺铺转让，一楼30㎡、二楼150㎡，行业不限，可分割出租。
联系电话：13780006788陈

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

厂房出租

北仑沿山河北路19号一楼
4000㎡厂房，水电齐全，交通便利，价格面议。
电话：13957880569王经理

家电维修

惠安专业维修空调彩电87792460
搬家搬厂
便民搬家搬厂87662211
新天地搬家搬厂87935917
千喜搬家待优87778900

法律服务

离婚、房产、车辆债务87295238
专业清理，借款、贷款、工程款小账立即解决，大账快速完成
全国免费热线
4008602308
0574-87008044 15314574433
地址：宁波海曙中山西路298号海光大厦1310
专业合法催收全国企业、个人各类欠款

虎帮清债

全国免费热线
4008602308
13780058069
地址：民安路1018号新天地商务大厦1608室
律师带队，全国追讨，实力强大，经验丰富

宁波邦清清债咨询

专业追讨企业及个人借款、货款、工程款、三角债等各类欠款，快速办理，成功收费。
电话：13208078292
地址：宁波市中山路181号中农信大厦310室

宁波鄞州区市政园林建设有限公司 诚聘

园林景观项目负责人、市政景观结构施工员若干名，要求男性，大专以上学历，三年以上同类项目工作经验，具有较强的独立工作能力，能有良好的沟通与表达。电话：18989327428

少儿英语机构转让

海曙中心地段，生源充足稳定，现寻转让。
电话：18968207188
18957836060

商场转让

现有宁波中山路新江厦商场附近一商场转让或出租，面积4000㎡，有意者面谈。
联系电话：13780000417
15606626688

冬虫夏草

西藏那曲直销，每克100元起，品价上选，高端品质，假一罚十
●宁波大酒店一楼商场 87715981
电话：4008866689 www.22222.cn

调查咨询

神州调查87289267
民事取证、商务、打假、寻人调查
宁波人自己的老牌调查公司

金丽投资

咨询有限公司
个人贷款咨询 电话：0574-66836019

红领抵押贷款

代理有限公司
公司创立16年，工商注册号：33020300000333，网址：www.hldkw.cn
●代办各类房产、汽车抵押贷款
●个人、企业贷款咨询服务
●个人投资咨询服务、房产经纪
87140051、66688666
总部：天一豪景A座811(开明街华楼巷19号)
石碶分部 89012421 鼓楼分部 87127751 丽园分部 81939352
联丰分部 66605678 世纪广场 87275392 江北万达 87747372

红领抵押贷款

代理有限公司
公司创立16年，工商注册号：33020300000333，网址：www.hldkw.cn
●代办各类房产、汽车抵押贷款
●个人、企业贷款咨询服务
●个人投资咨询服务、房产经纪
87140051、66688666
总部：天一豪景A座811(开明街华楼巷19号)
石碶分部 89012421 鼓楼分部 87127751 丽园分部 81939352
联丰分部 66605678 世纪广场 87275392 江北万达 87747372