



浙大帅小伙杨恒溢激情横溢 14楼天台上单手倒立！ 他拿过28个全国冠军2个亚洲冠军呢 欣赏归欣赏，照片上动作千万别模仿

昨天，一组照片火遍了浙大学生朋友圈。浙大大四帅哥杨恒溢，在浙大紫金港校区农生环大楼14楼天台边沿上，玩单手倒立！网友纷纷表示，“这是要逆天了啊！”“我的腿在抖！”更多的网友惊呼：“这小伙高颜值，太帅了！”

记者 胡信昌

黄龙体育中心再上天台

杨同学1992年出生，帅气阳光，身高170厘米左右，体重125斤，身形非常匀称。他说，他从小就开始练习体操，后来成为国家技巧队（体操运动的一种）主力队员，那些动作，学体操的人都会。

小杨说：“网上流传的这组照片，起因是自己的一个朋友想要拍照片，让我去当模特，刚开始是正常拍的，后来我想来点特别的，就在天台边做了一些基本的体操动作，就有了网上传的那些照片。”

做那些危险动作时，有没有保护措施？小杨同学淡淡地说：“当然没有保护啊，我这个动作不算什么，国外还有玩极限运动的，两只手抓住天台的边沿，挂在摩天高楼上。”

“万一掉下去怎么办？”小杨很自信地回答：“不会的。”

眼见为实。昨天下午，我们在黄龙体育中心找了个地方，让小杨同学再上去练练。

先找了一个一楼平台。小杨同学掏出口袋里的手机，两手扶在边沿上，轻轻一撑，就两手倒立，稳稳立在边沿上了，接下来，小杨放开手，单手倒立。引得一些路人，纷纷停下脚步来观看。

之后，我们又找了一个三楼的露台，与地面的落差更高，更刺激。小杨再次表演了单手倒立的动作。动作一气呵成，保持了几秒后，一个空翻，稳稳落地。看得旁边的保安大叔连连竖起大拇指：“高手，高手！专业的！”

他是国家级运动健将，保送进了浙大

小杨同学是宁波人，他说，从小自己就比较调皮，爱翻跟斗、倒立、爬墙，6周岁的时候，家里人把他送到了浙江省体操专业队训练，练了四年的体操。2002年转入技巧专业队，进入国家队训练，成为国家技巧队主力队员。

回忆起在国家队时光，小杨说：“很辛苦，满满都是回忆，一年假期最多只有两周，一天训



昨天，小杨为我们表演单手倒立 记者 朱丹阳 摄

练要6-8个小时，训练中也会伴随很多伤病，运动员一定要保持训练才能确保比赛发挥得好，丝毫不敢懈怠……”

付出获得了丰厚回报，小杨成为了国家级运动健将，并以此保送浙大教育学院运动训练专业，现在他已退役。在他的职业生涯中，他一共拿到28枚全国赛事金牌和两个亚锦赛冠军。

小杨同学就快毕业了，他目前在黄龙体育中心一家青少年体育培训机构“去野体育”实习，主要做艺术体操、健美操、啦啦操的培训工作，工作的同时还在忙着赶论文。

不少人对技巧运动不大熟悉。昨天，小杨做了科普——技巧运动是一项体育竞赛项目，属于体操的一种，一般由2-4个人搭配运动，以翻腾、平衡、抛接等动作为主，在这个基础上，运动员完成一定造型，裁判根据动作难度和运动员的完成情况打分。技巧运动和杂技有相似之处。但区别在于杂技动作限制少，杂技演员可以发挥想象，做出任何自己想要做的杂技动作。

最后，快报慎重提醒大家，照片上的动作都很危险，小杨是专业运动员，普通人没有经过专业训练，千万不要尝试模仿。

你下过国际跳棋吗？ 它在杭州中小學生中間很火爆 冠軍出了一個又一個

记者 董吕平

4月24日下午，学军小学之江校区举办了一场棋类比赛。和以往不同的是，这次棋类比赛的项目只有国际跳棋。

比赛形式采取的是车轮战。比赛中，10岁的胡以恒同学同时与10名小棋手（包括不少获得省少年国际跳棋冠军）对弈。10盘棋10个人，胡以恒必须在10名棋手中轮流下棋，2小时后，胡以恒全胜。这次比赛吸引了全校师生观战。

从2009年开始，在杭州举行的大大小小的国际跳棋比赛中，不管是参赛的学生人数还是观战的师生人数，都几乎场场爆满。相较于国际象棋、中国象棋，在很多人眼中，国际跳棋只能算是“小众”项目，它为什么在学生中如此受欢迎？

去年，西湖区曾举办过一场国际跳棋比赛，成为棋类项目中最为火爆的项目，胡以恒所在的学军小学之江校区500多学生中，学习国际跳棋人数就超过90%。

学军小学之江校区国际跳棋教练赵岩曾是中国国际跳棋国家队教练，2014年曾作为国家队教练，随国家队参加泰国亚洲国际跳棋锦标赛。他说，国际跳棋在西湖区学生群体中间有很好的“家底”：杭州第一位女子国际跳棋大师吴璐遥就是转塘人，而在近些年的各种国际跳棋锦标赛上，转塘中小学生的选手们可谓战绩辉煌。2011年7月，方徐嫣同学获得女子八岁组全国冠军，这是浙江省第一位全国国际跳棋女子冠军；2013年，陈汐昀同学获得女子八岁组全国冠军，并入选国家少年队。

前几天以一敌十的胡以恒同学，曾代表学校获得省中小學生國際跳棋錦標賽團體第一名、西湖區中小學生棋類比賽男子甲組冠軍，2015年十月獲得全國協作區國際跳棋公開組全國冠軍。

赵岩说，国际跳棋2008年才引入中国，第二年，在转塘的幼儿园和中小学就开始普及、推广，形成了各个年级的梯队培养，转塘中小學生國際跳棋氛圍，在全國都首屈一指。目前杭州至少上萬名學生都在學習國際跳棋。4月初，在西湖區中小學生棋類比賽中，國際跳棋參賽人數是所有棋類項目中最多的。

“容易学，学好不容易，梯队建立后，孩子们兴趣有了，再经过教练点拨，好苗子自然就出来了。”赵岩说，比如学军小学之江校区，2年来参加大大小小的国际跳棋比赛，共获得5个团体冠军，9个人冠军。

昨天下午，我和胡以恒同学试着走了一盘国际跳棋，我执白子，他执黑子。

他让我的白子先走，接着跟我讲解国际跳棋的规则，例如国际跳棋的规则是棋子不能横竖走，只能斜着走，隔对方子可以跳棋，并必须要吃掉对方一颗子等。

胡同学下棋很冷静，每下一步都要仔细想，非常有耐心。他说，其实他学跳棋才一年多，他通过下棋交到了很多新朋友，而且培养了自己的耐心。“经常参加比赛，见识了大场面，对自己有好处，遇到事情也不会紧张了。”胡同学说，特别是下错棋或比赛输了，自己原来会很急躁，现在已经慢慢知道了胜负是常事。

学军小学之江校区郑淇老师说，国际跳棋也是转



学军小学之江校区的同学在棋室里练习国际跳棋

塘中小學的“傳統”，學校非常注重學生國際跳棋水平的培養，而且把國際跳棋納入了校本課程，專門設置了棋室，學生周二、周五都可以來棋室學習、訓練。

到底什么是国际跳棋？国际跳棋有上千年历史，起源于古埃及和古印度，是国际象棋之“母”，现在世界上百个国家都在普及。分百格和64格两种。

国际跳棋简单易学，入门简单，但想要学好，并不容易。

国际跳棋规则，简单地说，有得吃必须吃，能多吃就不能少吃，兵只能前进，不能后退，但有种情况可以后退，例如你可以选择退着吃，但不能退着走。

和象棋不同，国际跳棋不能横竖走，只能斜着走，兵到底线后可以称“王”，“王”有特权，可以进退，可以走一条直线，例如可以隔着好几个空格走，并可以吃掉你的兵。