



扫码关注西藏商报、快搜西藏



大比拼

象拔河



展开力量的较量

POWER

6月11日,第一届全国全民健身大赛(西南区)押加项目在拉萨开幕,来自西藏自治区、四川省、贵州省、云南省的押加选手,在两天时间内进行了55公斤级、61公斤级、68公斤级、76公斤级、85公斤级的比拼。

比赛现场,各代表队运动员在赛场内各显实力,押加比赛节奏很快,运动员力量爆发的瞬间往往能调动赛场气氛,观赏性也很强。记者注意到,运动员在比赛的过程中,会有一个相持的阶段,也就是势均力敌的状态,这时候,最大的看点是看谁能坚持或谁能爆发力量一招制胜。另外,押加比赛能否一招制胜,不光比力量,耐力、体能分配策略和动作技巧以及细节也很重要,押加在蹬地姿势、腿部发力、上肢动作等技术环节上都很有讲究,要获得胜利,就要把握这些技巧细节。

在85公斤级决赛现场,今年30岁的西藏队员索朗加措,轻松夺得该级别冠军。“我是2014年接触押加项目,2019年拿到了第十一届全国少数民族传统体育运动会押加76公斤级冠军,时隔5年,再次回到赛场,参加85公斤级比赛并拿到冠军,心情非常激动,这段时间我一直在备战第十二届全国少数民族运动会,我要为西藏争光。”索朗加措说。

在68公斤级决赛中,来自贵州的吴才勇与对手激烈对抗后,夺得冠军。他坦言:“对手实力特别强,我们僵持了很久,



我快坚持不住了,但在教练和队员的鼓励下,我使出浑身解数,终于拿到了冠军。”

据了解,押加比赛在西藏广为流传,有着上百年的历史。每逢节假日或农闲时,在牧场或田间,人们常常把背带或腰带连在一起,以游戏的形式练习或进行比赛。因为押加比赛的规则、设备较为简单,又没有年龄和性别的限制,使得这项活动有广泛的群众基础,是一项易于开展的民族体育项目。

此外,12日上午,太极拳比赛在拉萨市群众文化体育中心进行,来自西藏自治区、四川省、贵州省、云南省的选手们同台竞技,展开32式太极剑比赛,赛场上,选手们身着整齐飘逸的太极服,伴随着悠扬的音乐,推掌、蹬腿、转身、抬脚、展臂,动作舒展大方,展示了太极剑的柔美与力量。据悉,6月13日、14日将分别进行24式太极拳和42式太极拳比赛。

文/记者 德吉曲珍 图/记者 桑旦欧珠

