

■职工球侠



# 地铁运四公司组建足球队

备战北京地铁第三届“萨伯维”杯

□本报记者 周美玉/文 通讯员 姜鲁豪/摄

今年10月份,北京地铁公司将举行第三届“萨伯维”杯足球赛,为此,地铁运营四分公司工会做了充分的准备工作,经过层层选拔,最终确定由26名职工组建足球队参加比赛。

## 重视聘请专业球员当教练

研讨选拔方案、联系专业教练、勘查训练场地、下发报名信息征集足球队员,地铁运营四分公司工会做足了准备。各基层分会积极配合,响应号召,通过层层筛选共推荐45名职工参与征集竞赛。选拔以对抗赛的形式开展,最终选拔出26名职工组建四分公司足球队。

足球队成立啦!工会还为职工训练聘请了八一队退休球员当教练。为避免球员受伤,还租了真草皮场地供大家训练,并为队员们上了保险。

“你看,工会还为我们购置了运动包、运动衣、护板、袜子,专门为我们的门将配置手套等必备物品,还准备了药箱添置冰袋、云南白药气雾剂、纱布、好得快、防暑药等。”队员姜鲁豪兴奋地给记者展示他的战衣。

## 目标集团比赛拼进前六名

足球队以每周2次脱产的方式训练,每次半天。“算了一下,到举行比赛那天,一共能训练17次,我们的目标是在集团比赛中拼进前六名。”队长赵魁自信地说。

8月5日那天是足球队第一次集中训练。训练场上,通过集体体能训练、折返跑、传接球配合等科目训练的开展,队员之间营造了互相学习、互相激励的氛围。

球队中的队员年龄分布跨度较大,既有参加过上届萨伯维杯的老师傅,又有新进入运营四分公司大家庭的新职工。有的人年幼时受过多年的足球专业训练,有的人虽迷恋于足球的魅力,但接触较晚基础相对薄弱。令人庆幸的是,技术的差异并没有导致球队战斗力的下降,队员间相互的指导,搭建了球队成长的桥梁。

训练中,经常可以看到技术较为扎实的队员向其他人讲解着某个动作的技术要领,吃球部位和注意事项,并多次亲自示范直到其他球员完全掌握;队员们在场边喝水时,思想也始终没有松懈,热烈地相互探讨着训练时的战略战术,彼此交换着训练经

验。通过专业性的训练和队员间彼此的讨论与切磋,公司足球队的整体凝聚力和战斗力呈现出每况愈佳的良好态势。

## 艰苦刚下夜班就赶来训练

训练是艰苦的,但是没有人退缩。由于工作岗位的特殊性,许多队员刚下夜班就要赶到球场接受高强度的训练,甚至有的队员来不及吃上一顿舒适的早餐。

训练中因疲劳而受伤的情况时有发生。一次分组对抗训练中,一名后卫队员为了回追进攻方的传球不幸拉伤了大腿肌肉,巨大的疼痛使他无法继续坚持高强度对抗和激烈奔跑。然而,为了维持对抗训练的人数对等,保证其他队员的训练质量,他强忍着剧痛,咬牙坚持到训练结束才和其他队员一起下场休息。这种“负伤不下火线”的表现激励了其他队员。

为了支持球队的发展成型,公司出资全力支持着训练中一切费用的开支,正可谓把工会经费用在了刀刃上。公司工会王照燕主席和群众工作部钟源部长都常常出现在训练现场,与队员们交流,遇到问题立即解决。

■职工体育



# 公司法务王宇：一家三口都打羽毛球

□本报记者 余翠平 文/摄

“打了5年的羽毛球,终于拿到了团体冠军,这让我非常兴奋。”今年33岁的王宇说。

今年7月底,丰台花乡地区总工会在看丹村九城盛唐俱乐部举办花乡地区职工羽毛球“翔宇杯”团体比赛,来自全乡14个基层工会的130余名职工汇聚一堂,以球为媒,切磋球技。最终决出了团体前8名及6个优秀组织奖。王宇所在的团队获得了冠军。

王宇在北京榆构有限公司做法务。他打羽毛球已经有5年了,谈到跟羽毛球结缘,还有一小段插曲。

5年前,王宇跟7、8个同事聚会,聚会结束后,一个同事提议去打羽毛球,他们就都去了,可是只有一个人会打,其他人不会。“我在场上看了看,觉得很简单,不就是一发球,一接球吗,就兴奋地地上去打。结果傻眼了,眼瞅着球在我头顶上方飞来飞去,但是我就是接不住,那股兴奋劲儿一下子就被挫败感替代了!”

王宇一直是个不服输的人,回家后,他思来想去:“不能就这么算了,不就是打个羽毛球吗,我就不信接不住。”

王宇马上开始行动,找了几个爱好打羽毛球的同事,并且找到一个相对专业的人教他们。一周打两次,每次3个多小时。

“可以说,刚开始练习打羽毛球,完全就是要赌一口气。没想到的是,在打球的过程中,我慢慢对球拍掌控自如,开始喜欢听拍子跟球接触的声音,开始享

受打球的过程。”

练习了1年后,王宇的羽毛球水平有了飞速的进步。“可能因为我学过武术,身体协调性比较好,弹跳力好,身体底子比较好。总之,不管开心与否,只要到了羽毛球场上,整个脑海就全部放空了,只剩下挥舞的球拍,飞舞的球,还有同样挥汗如雨的对手。”

王宇说,打羽毛球特别释放压力,他特别喜欢接打高远球,每次把羽毛球打得更高更远时,他都会特别有成就感。

平时工作老坐电脑前面,而且还老低头,时间久了颈椎就会酸疼,身体也会处于亚健康状态。“自从打羽毛球后,因为老仰着头去接球,所以颈椎得到了很好地活动,身体也更健康了,工作起来好像浑身有使不完的劲儿。”

这5年来,因为频繁打球,王宇跟很多同事都成了知心朋友。“平时在一起工作,业余时间一起打球,彼此之间关系很融洽,工作也会顺手很多。”

羽毛球也深深影响了王宇的家人。

5年前王宇打球那会儿,儿子刚出生,现在儿子5岁了,老看王宇打羽毛球,也特别喜欢,王宇就给儿子报了个羽毛球班。

“我儿子正兴致勃勃学呢,他现在已经会发球了。我爱人也经常打羽毛球,我未来的心愿是一家三口在一起打羽毛球!”王宇兴奋地告诉记者。

# 北汽股份7家单位赛网球

本报讯(记者 马超)近日,由北汽股份工会主办、汽车研究院工会承办的北汽股份公司第四届系列体育赛事“研发杯”网球比赛结束,本届网球比赛吸引了来自股份本部、汽车研究院、北京现代、北京分公司、北京奔驰、动力总成、股份销售公司共7家单位的30余名优秀网球选手参赛。

据北汽股份工会介绍,网球赛事为北汽股份年度五项体育赛事之一。本次参赛选手均为一线

职工,比赛采用一盘四局决胜制。

由于队伍水平都比较高,多场比赛均进入抢七。男子单打、双打决赛异常激烈,双方势均力敌,不相上下,比分交替领先,双方不断战至平分,引得现场观众的阵阵掌声。最终凭借职工们精湛的球技和稳定的发挥,汽车研究院、动力总成和北京现代分获团体冠、亚、季军,男子单打冠军由动力总成余凡获得,男子双打比赛冠军由研究院的翟慎涛和朱恩利搭档获得。

北汽股份工会相关负责人表示,北汽股份系列体育赛事为各单位间相互交流、相互切磋搭建了良好的平台。今年,北汽股份每场赛事都加入了幸福家庭元素,选派职工代表家庭参与趣味比赛,让更多的职工家属感受到和谐北汽的文化氛围。

明年,北汽股份将会继续在职工中普及和推广各类群众性体育运动项目,提升参赛队员的竞技水平,增强职工的身体素质,丰富职工业余文化生活。

## “我的工体情结”征稿启事

北京工体在京城可谓老少皆知,这里更是承载中国体育事业的一块圣地。近年来,北京工体在开展群众体育活动中可谓不遗余力,不仅在健身免费月系列活动日中,把羽毛球场地免费对职工开放,而且还推出职工篮球、乒乓球、五人制足球、游泳场馆开放日、五一假日健身广场等多项免费、优惠活动。工体外场的

千米健身步道更是对社会群众实行免费开放。

请把您在工体参与健身的故事、或者对于工体的个人情结讲述出来,我们将择优发表。

投稿要求:字数800字内,配个人照片,来稿请发至电子邮箱fukanzhenggao@126.com。

主题请注明“我的工体情结征稿”字样。