



# 全民健身沾了奥运光

伦敦地铁像一张令人眼花缭乱的罗网，沿着它的触角来到城市的东南角——皇家格林尼治地区，这里将承办奥运会和残奥会的部分比赛。但奥运真正令这里的25000名居民受益的，是因为上千万英镑投给了这里的体育设施和俱乐部，如果你是这里的一个3岁小居民，你可以到免费的嬉水池享受阳光和清凉，也可以到顶尖的体操俱乐部玩蹦床、翻跟头……

本版撰稿 特派记者 张楠 伦敦报道



本报记者体验小轮车越野。

本版摄影 特派记者 张楠

## 体操馆面目一新了

记者来到托马斯·塔利斯学校，这里得到了650万英镑的奥运拨款，在重新装修后，今年5月开门迎客，里面有一块篮球场、6块羽毛球馆、1000平方米的柔道场和1000平方米的体操馆，体操馆的设施是一流的。

有着120个6岁到16岁学员的柔道俱乐部，是伦敦最大的柔道俱乐部。这里的小学员经常在伦敦的俱乐部比赛中取得好成绩，孩子们一周训练3次，教练们都是不领薪水的志愿者。最令老教练迈克尔·墨菲感到自豪的学生，名叫詹玛·吉本斯，她6岁就来到俱乐部训练，她来自单亲家庭，很不富裕，依靠慈善款项参加训练和比赛，17岁她离开俱乐部进入了英国国家队，今年她25岁，就要参加伦敦奥运会了！”

也许詹玛并没有在奥运上争金夺银的实力，不过，她的师弟师妹们真的很为她自豪。教练迈克尔说：“柔道还是日本最厉害，你们中国的运动员也不错。”

“因为奥运会的艺术体操和蹦床比赛在我们这个地区举行，我们这几年在大力发展体操。”三楼的体操馆

里，小姑娘们的动作难度都不大，八九岁的女孩在平衡木上做着简单的平衡动作，在单杠上做着旋转，六七岁的女孩在自由体操垫上练习简单的跟头串，三四岁的女孩在蹦床上跳来跳去，在教练的帮助下在垫子上翻跟头，翻不好，就带着哭腔喊“妈妈”……

体操队负责人杰西卡·哈农介绍说，5岁以下的小宝贝们每周训练5小时，5岁到9岁的女孩每周训练21个小时。这个体操俱乐部，居然有450个学员，其中既有5岁以下的“宝贝班”，也有成人班。最好的学员也参加比赛，但练体操的主要原因是喜欢体操、锻炼身体。

皇家格林尼治地区的运动遗产主管保尔·马丁蒂尔告诉记者：“这些社区体育设施和俱乐部，是奥运会留给伦敦最重要的遗产，奥运会令我们对健康、娱乐、运动有了更大的热情。让居民认识到，身心健康、长寿、享受生活是那么重要。孩子们也不能总是玩电脑，他们需要最好的运动设施、教练指导，体会运动的快乐。”



## 小轮车有赛道了

足球场的尽头，有一片BMX小轮车越野赛道，一群穿戴整齐的孩子正在山坡间“飞翔”。运动遗产主管保尔告诉记者：“小轮车越野2008年进入北京奥运会，伦敦的孩子很喜欢这项运动。得到20万英镑奥运拨款后，我们去年花了5周时间修建了这片赛道。”

这片越野赛道的用土都是从同属东伦敦的奥林匹克公园运来的，一共运来了5000吨！赛道完工后，BMX俱乐部也成立了，现在有60名5岁到12岁的小朋友，每周到这里训练3次，每次两小时。10岁的小骑手卢克告诉记者：“你有没有去看奥运火炬传递啊？我去看了，真令人兴奋！我想将来我也能拿到奥运奖牌！”

在小骑手的鼓励下，记者也尝试了一下小轮车。小轮车的车座只是为了安全和装饰，车手从来不是坐，都是双腿直着、重心向前骑行的，两圈骑下来，平时缺乏锻炼的记者满头是汗，当然，30℃的伦敦也是真够热的。

## 贴士 射击马术在这儿比

奥运会期间，皇家格林尼治地区将举行马术、现代五项的马术比赛、艺术体操、蹦床、射击和部分篮球比赛。昨天早晨，中国射击队在伦敦皇家炮兵营射击场进行了训练。前一段时间的阴雨天气曾经让马术赛场格林尼治公园严重受灾，赛道不得不重新铺建。

## 游泳池能加热了

得到480万英镑奥运投资的合恩费尔公园，这里有伦敦最古老的游泳池，建于1939年的泳池仍旧保持着古朴的原样，高高的黄色石块围墙将碧蓝的泳池围在其中。今年，得到奥运拨款的老游泳池安装了加热系统，水温全年都维持在25℃，然而，泳客却并不怎么多。

经理里奇·麦克米恩告诉记者：“以前，泳池每年只能在夏季使用四

五个星期，现在全年都可以使用了，可是伦敦的天气太冷了，一个星期前，根本没人来游泳，这星期暖和起来，每天有几百个泳客，昨天人最多，一天来了900多人。”

在合恩费尔公园的另一边，还有一片超大的儿童嬉水池，小朋友站在水中，水只到脚踝，非常安全，而且免费，可以无限制地和小伙伴们一起玩水。



## 球场有更衣室了

3个月前，合恩费尔公园开始修建造价28.7万英镑的8块硬地网球场，4块是成人场，4块是儿童场，因为奥运会召开，工程暂停，预计8月25日能投入使用，供皇家格林尼治地区两家网球俱乐部的100个小球员训练，并向附近居民免费开放。

皇家格林尼治地区的运动遗产主管保尔·马丁蒂尔对记者说：“穆雷刚刚在温布尔顿网球公开赛上赢得亚军，这让更多伦敦的孩子想打网球，不过我们英国缺少出色的女运动员。以前你们中国人只是乒乓球打得好，现在居然也有女运

动员拿了大满贯，她叫李什么？”

公园里，一块广阔的草坪可以举行足球和橄榄球比赛，但之前这里没有更衣室，所以踢完球的球员们只能一身臭汗回家。因为有了奥运拨款，25万英镑用于修整场地和修建更衣室，里面有崭新的淋浴间、卫生间，供残疾人使用的设施也很齐全。

