



女孩们在做训前热身。



孙芳菲在听教练讲解以色列格斗术要领。



刘偲偲在和队友训练。



训练场内,陆翀颖挥汗如雨。

放手一搏



陆翀颖(右一)和她的闺蜜在准备kickboxing的装备。

摄影手记

提起搏击,人们想到的是肌肉壮汉赤裸上身,在飞溅起的血雾和汗水中挥拳互殴。搏击最早是人们在战场上争取胜利的工具,而在今天,搏击已经成为一种时尚的健身方式和自强不息生活理念。女性作为对时尚潮流最敏感的人群,也被搏击这项充满阳刚气息的健身方式所吸引。

最近,记者来到上海一家搏击训练场,场内人头攒动,发力击打的声音不绝于耳,有这么几个女孩引起了记者的注意。只见她们腾挪闪移,认真执着,汗水顺着秀发滑落,全然没有了平时柔弱,俨然一副“女汉子”的模样。训练之余,孙芳菲和我聊起她来这里的经历,她是一家设计公司的设计师,长时间的面对电脑和不规律的工作时间,让她很想拥有健康的身体,喜静不喜动的她,尝试过瑜伽,最终她还是选择了以色列格斗作为她的健身途径,她说:“以色列格斗不只可以强身健体,同时也可以起到防身作用,适合喜欢运动的我”。而刘偲偲告诉我,她学习格斗主要是想解压。“生活中有太多压力,有时会让人透不过气,会有放弃的念头。与其退缩,不如放手一搏。现在我已经绿带了,这个过程用了我2年的时间呢,我打算下一个目标是咖啡带!”

采访的几个主人翁,每个人都有来到这的原因,而每个人,也都通过格斗找到了自己想要的。用她们的话来说,格斗永远让人热血沸腾!

更多精彩影像请关注



青年报记者
常鑫