

## 年过不惑再学艺 志在普及太极拳

刘杭生，47岁开始学习太极拳，而今67岁的他是市太极拳协会副会长兼秘书长、国家一级社会体育指导员、杭州市传统武术特级教练与一级裁判，在国内太极拳各项赛事中，获得的奖项不胜枚举。去年底，他被聘为杭州市武术协会副主席。

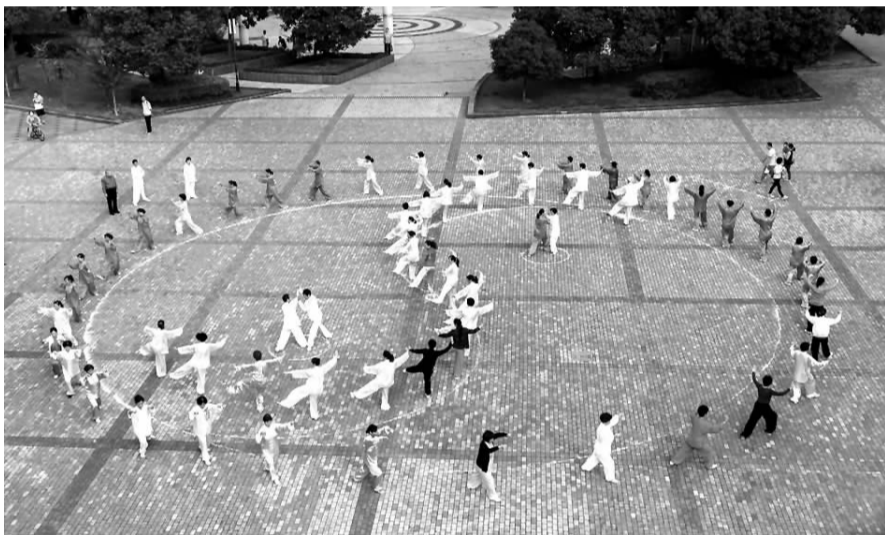
凭着对太极拳的热爱，刘杭生刻苦研习，组建太极拳协会，推广太极拳进社区、乡村、校园，让更多的人学习太极拳，传承中华优秀传统文化。

### 情定太极拳

精神十足，骑个摩托车，不太爱说话……这是刘杭生给人的第一印象，但只要一说起太极拳，他就有说不完的话。

“其实一开始我不喜欢太极拳，总感觉太柔。”有些严肃的刘杭生笑着说，起初对于太极拳总感觉其动作柔和、速度缓慢，缺少刚硬之态，与自己的性格不符。直到1997年一天，在老广场上，刘杭生被一套刚柔相济的拳法吸引住了。“那拳法连绵不断，气势恢弘，后来上一问，才得知这套拳名为陈式太极拳。”刘杭生说，从那时起，自己就与太极拳结下了不解之缘。

抱着健身目的自学太极拳的刘杭生，在一次巧合中得到了名师的指点，进而



走上了太极拳教学的道路。2000年，陈式太极拳大师陈正雷先生来我市开展活动，刘杭生有幸参与接待，并得到了大师的亲自指导。随后，刘杭生又专门前往陈家沟等地拜访名师。

为了练就扎实的基本功，刘杭生先后学了陈式老架一路、二路、精要十八式，并结识了不少太极拳高手和爱好者，在与他们的切磋中，他的太极拳有了明显进步。为了提高自己，刘杭生开始参加比赛，并屡获殊荣，在国际邀请赛等各级比赛中，斩获20余枚金牌。

### 推广太极拳

“练了太极拳以后，身体明显感觉好多了，连普通感冒都很少。”尝到太极拳甜头的刘杭生决定带着大家一起强身健体。从2001年开始，他就在新安江街道几大社区推广太极拳，随着练习太极拳的人数增多，刘杭生萌生了组建太极拳

协会的想法。

2002年，太极拳协会正式成立。协会从起初的200余人发展到会员770多人，团体会员单位3个，下设2个分会，36个站点。

在推广太极拳的道路上，刘杭生带领协会成员以“农村包围城市”的方式到大洋、兰溪、金华等地推广陈式太极拳，后又扩展到乾潭、三都、大同等地。2012年，他在十多个村开展了“十二功法”教学，2013年、2015年两次举办建德市社区（村）太极拳比赛，有20多个社区（村）参加了比赛。刘杭生认为，让太极拳进入农村，不仅让村民们在空闲之余有了娱乐活动，更重要的是让村民们的身体得到了锻炼。

推广太极拳运动要从娃娃抓起。自2012年起，刘杭生组织了多次太极拳进校园活动：2012年2月，大洋太极拳辅导站在大洋中心小学举办了陈式太极拳精要18式教学活动，后又举办了全校师生“太极文化进校园”展示活动；2012年5月，推广到梅城中心小学；2014年，太极协会教练员为全市中小学教职

员工传授24式太极拳；2016年，刘杭生还带着来建德交流的德国学生练习了太极拳。

### 普及太极拳

2016年，太极拳协会举行了第四届代表大会，在大会上，刘杭生表示，太极拳协会将以积极发展太极拳运动、提高群众身体素质为宗旨。

展望未来，刘杭生干劲十足。中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》要扶持推广太极拳、健身气功等民族民间传统运动项目，这对太极拳运动是一个极大的利好，刘杭生表示要借东风乘势而上。目前，太极拳协会在我市已经组建了20个气功辅导站，接下来，协会将创新思路、加快发展，让更多的人通过习练太极拳而拥有健康的人生。

(记者 吴燕)

### “梦幻新安江”水上旅游线固定开班啦

时间：每天下午2点（如需包船，另行电话咨询！）  
地址：风月轩码头（盛德广场旁江滨公园）  
游览时间：约1小时 票价：68元/人 电话：13868106906  
建德本地市民凭本人身份证享受优惠  
非周末(周日至周四):20元/人;周末(周五、周六):40元/人



加微信享优惠

- 建德市扬帆旅行社精品线路推荐：
- 1. 乌镇桐乡一日游 198元/人(4月15日/29日)
  - 2. 苏州二日游 298元/人(4月9日/23)
  - 3. 海南双飞五日游 2080元/人(4月14日)
  - 4. 厦门鼓浪屿三日游 1388元/人(每周五发班)
  - 5. 九寨沟纯玩三日游 1680元/人(每周五发班)
  - 6. 芽庄五晚六日游 2999元/人(4月20日/29)

更多精品线路，欢迎您来电咨询，建德扬帆旅行社将竭诚为您服务！

地址：明珠路301号（双江特色街）新安江旅游集散咨询中心

咨询热线：扬帆旅行社：64115566 / 64723130



## 建德市新安旅游投资有限公司

### 拍卖公告

受委托，本公司将于2017年4月5日10:30时在建德市半岛国际大厦1315室举行拍卖会，现公告如下：

#### 一、拍卖标的

1. 新安江街道新南路21号千岛花苑3号店面3年租赁权，建筑面积约91m²，拍卖参考价1.7万元/年，拍卖保证金1万元
  2. 新安江街道环城北路86号店面3年租赁权，建筑面积约62m²，拍卖参考价4.2万元/年，拍卖保证金1万元。
- 注：以上标的租金从第二年起，逐年递增3%。具体交付时间以《租赁合同》规定的为准。经营范围(用途)：必须符合卫生、环保、消防安全等国家或行业的相关规定要求。本次拍卖采用密封书面报价与拍卖会现场增价相结合的有保留价竞价方式。

二、展示及咨询报名：即日起标的以现状进行展示。保证金确保在2017年4月1日16:30时前到达账户(户名：浙江方圆拍卖有限公司，开户行：交通银行建德支行，账号：303 0631 8001 8170 134983)；交纳保证金后，个人凭身份证，企业须提供营业执照等及银行进账单到本公司办理报名手续。

报名时间：2017年3月31日至2017年4月1日止

三、报名地址：建德市半岛国际大厦1315室

咨询电话：15957179008 15058160832

公司主页：<http://www.fangyuanzj.cn>

监督电话：0571-58313572

浙江方圆拍卖有限公司

2017年3月22日

### 遗失启事

诸葛璟(父亲)王瑛(母亲)之子诸葛晔于1998年11月20日在建德市第一人民医院出生的医学证明于2017年3月21日之前遗失，声明作废。

傅百兴遗失位于建德市新安江街道健康南路2幢三单元306室的门牌证，声明作废。

建德市柯均电器有限公司遗失中华人民共和国组织机构代码证(副本)，代码：66232184-X，声明作废。

### 排屋出售

欲出售雅地公馆排屋一幢，房产证面积233平方米，赠送面积158平方米，合计391平方米，有意者联系13989858899，价格面议。