

多年来在市区虹桥公园内义务教授太极拳、太极大枪

网红“舞长枪大爷”找到传承人

“‘舞长枪大爷’每周坚持来虹桥公园两次，并已找到两位传承人，现在正在晨练。”昨天早晨，崇川区虹桥社区公共服务中心主任单莎莎向记者报料。

2020年12月8日，《抖音“舞长枪大爷”走红网络》在本报刊出。时年75岁的朱剑杰，年轻时练过举重，坚持练习太极大枪7年，希望能早日找到传承人。

昨天上午，记者赶到虹桥公园时，只见79岁的朱剑杰手持太极大枪，“拦、拿、扎”左右各20次，49岁的徒弟曹强，在一旁目不转睛地观看、揣摩。“我担忧多年的问题解决了，已找到了两位传承人。”朱剑杰告诉记者，徒弟吴强和曹强先后正式拜师入门，学习传承太极大枪。

朱剑杰从小就喜欢运动，高一开始练习举重，曾入选市举重队青年组。20世纪60年代中期，朱剑杰与顾润青、刘志禹、贾玉和同在市举重队青年组训练。他那时的训练最好成绩是挺举110公斤，曾取得省举重选拔赛冠军，后因“文革”没有去成省队。

“参加工作后，我没有停止举重练习，自己做了一副杠铃，一直坚持练习了10余年。”朱剑杰说，而立之年后，开始转向练习太极拳。值得一提的是，他并没有拜师，而是购买书籍自学，“看的书很多，太极、形意、散手都练”。

20世纪80年代初期，朱剑杰订阅《武林》杂志，看到太极名家李雅



昨天上午，徒弟曹强练习太极大枪，朱剑杰老人在一旁指导。记者尤炼

轩的介绍，第一次接触到太极大枪的招数。太极大枪又名太极大杆、太极十三枪，是太极门中独特的长兵器，其重量是一般外家枪杆的3倍，由于它又长又重，没有较深厚的太极拳功夫不易掌握，故历来传习不广。朱剑杰苦练太极多年，11年前才真正练习太极大枪。这杆大枪长3.1米、重5公斤，不锈钢材质。

“师兄吴强平时在上海工作，身材瘦削，体重仅60公斤，但能将太极大枪舞得虎虎生风。”曹强说，他从事计算机软件工作，平时工作时坐的时间较长，容易让人感到疲劳，跟随师傅练习太极大枪一年多，身体素质提高了不少，“现在每天精力充沛，干什么都有劲”。

4年前，朱剑杰老人走红网络后，当年和他一起练习举重的队友们也引起读者们的关注。2020年12月12日，4名当年一起训练参赛、同框拍照的队友们，时隔55年后再次重逢同框合影。“遗憾的是，半年多以前，一名队友已去世。”朱剑杰说。

“2020年12月17日，太极拳正式申遗成功——列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。”单莎莎说，朱剑杰是一名党龄超过50年的老党员，多年来在虹桥公园内义务教授太极拳、太极大枪，还曾被市武术协会聘为太极拳推手教练，从事公益教学，值得点赞。

本报记者尤炼

围炉解冬寒 煮茶会新友

启东举行青年交友联谊活动

本报讯 为持续推进青年发展型城市建设，进一步拓宽青年人才的互动交流平台，满足广大青年交友需求，23日，启东团市委开展“青春有约·围炉煮茶”青年交友联谊活动，16名来自不同行业的单身青年齐聚游牧营地，以茶会友，开启一场浪漫邂逅之旅。

首先进行的是自我介绍环节。每名参与者都准备了简短的自我介绍，从工作到兴趣爱好，从生活态度到未来规划，大家畅所欲言，展现出了当代青年的风采与活力。在这个过程中，不少青年之间已经产生了

初步的好感与共鸣。

接下来是游戏时间，游戏环节不仅考验了大家的团队协作能力，更在欢声笑语中加深了彼此间的默契与友谊。青年们两两配对，携手并进，共同面对挑战，现场气氛热烈而欢快。

活动的重头戏——围炉煮茶环节更是将整个活动推向了高潮。在游牧营地的户外炉火旁，青年们亲手煮制茶叶，感受着茶香四溢的美好时光。他们围坐在一起，边品茶边聊天，分享着各自的生活经历与感悟。在这个过程中，

不少青年找到了志同道合的朋友，甚至有幸运儿在此邂逅了心仪的的对象。

“围炉煮茶”为青年们搭建了传递情感、增进友谊的桥梁，让大家有机会放慢脚步，静心感受生活的美好与真谛。许多参与者表示，这次联谊活动不仅让他们结识了许多新朋友，更在轻松愉快的氛围中收获了珍贵的感情。他们希望今后能有更多类似的活动，让青年们在忙碌的生活中找到一片属于自己的宁静与温暖。

通讯员于雪瑶 记者黄海

南通长牌协会举行换届大会 进一步传承弘扬非遗文化

本报讯 23日，南通长牌协会举行第三次代表大会，选举产生了新一届协会班子成员，我市51名会员参加会议并听取了协会工作报告。

南通长牌协会成立10年来，制定了本市长牌历史上首部比赛规则——《南通长牌传承比赛规则》，首创了“段位”制，将每次比赛的前三名优秀选手授予相应的“段位”，目前已已有338名长牌选手被授予段位。同时，协会还授予了88个非遗南通长牌传承点，出版了《南通长牌——话说搭子和》一书，先后举办了长牌文化节、长牌知识讲座、南通长牌杯邀请赛、长牌技艺交流会等丰富多彩的活动，吸引了数万名爱好者的参与。协会还将长牌传统技艺与现代科技相结合，利用网络平台进行直播教学、网络比赛等，在市老年大学开办南通长牌传承班，深受市民的欢迎和喜爱。

以牌会友、益智娱乐。协会始终引导广大长牌爱好者“传承非遗，健康娱乐”，为实现“老有所养、老有所医、老有所为、老有所学、老有所乐”的目标创造更为有利的社会条件。

通讯员季永健 记者陆薇



科技润童心

昨天，孩子们在幼儿园观摩科技周活动成果展。连日来，海安市明道幼儿园开展“科技润童心 启智创未来”主题科技周系列活动，老师在普及科学知识的同时，指导小朋友利用废旧材料制作富有童趣和创意的科技手工作品。

周强

更俗剧院

最新演出信息

动画《蜡笔小新:我们的恐龙日记》

宋佳、钟楚曦主演《好东西》

保罗·麦斯卡卡主演《角斗士2》

邓家佳、郑云龙主演《胜券在握》

12月6日19:30——越剧《鹿鼎记》

12月26日19:30——2025南通新年音乐会

扫二维码关注更俗剧院微信公众平台，获取更多电影演出信息。

更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>

售票热线:85512832 服务监督:85528668



福彩直通车

南通福彩热线电话:85286795

双色球12亿大派奖活动重磅登陆！

让全国广大彩民朋友们翘首以盼的年度欢乐盛典——双色球大派奖如约而至。中国福利彩票发行管理中心决定开展2024年双色球游戏12亿大派奖活动。

活动自双色球游戏第2024126期(2024年11月3日晚开奖)开始，预计持续20期。(一)设立一等奖特别奖，奖金总额预先安排4亿元。每期安排2000万元设立一等奖特别奖，对当期单票金额超过20元(含)的一等奖中奖彩票，每注一等奖按当期一等奖单注基本奖金1:1比例派送。

(二)设立六等奖翻番奖，奖金总额预先安排8亿元。对当期单票金额超过20元(含)的六等奖中奖彩票按每注六等奖派送固定奖金5元。

福彩双色球，为梦造福！一起加入这场双色球的狂欢盛宴吧！详情请至各福彩投注站咨询了解。

福彩双色球 2元可中1000万

(广告)