



“老夫聊发少年狂” ——记杭州亚运会“传奇”老将



乌兹别克斯坦选手奥克萨娜·丘索维金娜向观众致意。
新华社记者 朱峥 摄



科威特选手阿卜杜拉·拉希迪在颁奖仪式上。
新华社记者 杜潇逸 摄

10月8日，杭州第19届亚运会圆满闭幕。令人难忘的16天，我们一起见证了竞技体育的光荣与梦想。在青年选手崭露头角的同时，一些老将也用热爱和坚守，在这个秋天书写一段段老兵新传，如江南烟雨般令人印象深刻。

马龙
(34岁,中国乒乓球选手)
乒坛“双圈大满贯”得主马龙此次虽然只出战了男子团体比赛，但在队中起到了“定海神针”的作用。团体赛中，马龙全勤出场，5次“零封”对手。实际上早在亚运会开幕前，这位“六边形”战士就因为“简历”成“繁历”而登上微博“热搜”。赛后，他一句“这次应该是我最后一届亚运会了”，令万千球迷“破防”。

张亮
(36岁,中国赛艇选手)
在赛艇男子单人双桨决赛中，张亮一路领先，击败了去年世锦赛该项目中夺得第7名的日本选手荒川龙太，站上最高领奖台。不仅如此，他还和队友刘治宇合作夺得了男子双人双桨项目的金牌，将个人的亚运会金牌数提升至5枚。

丘索维金娜
(48岁,乌兹别克斯坦体操选手)
“丘妈”在杭州迎来了自己的第五次亚运之旅。48岁的她虽与奖牌失之交臂，却仍是全场瞩目的焦点。30多年竞技生涯、参加过八届奥运会、同比她儿子还年轻的

运动员同场竞技……“丘妈”的传奇经历，早已超越了许多人对竞技体育的理解。在以0.15分之差错过领奖台后，“丘妈”决定继续冲击巴黎奥运会，让传奇延续。

阿卜杜拉·拉希迪
(60岁,科威特射击选手)
60岁，在很多人即将结束职业生涯的年纪，科威特飞碟枪手阿卜杜拉·拉希迪却再一次走上了人生巅峰。本届亚运会上，他先是在男子双向飞碟个人决赛中打满60靶，平了世界纪录，为科威特拿下本届亚运会首金；9月28日，他又在混合团体资格赛中与搭档一起追平世界纪录，最终收获银牌。“早睡早起，保养身体，不看手机。”赛后，他透露了常年保持高敏锐度的秘诀。

马苏德·马兹哈尔
(78岁,巴基斯坦桥牌选手)
出生于1945年的马兹哈尔，是杭州亚运会上年龄最大的运动员。本届亚运会上，他和队友一起参加桥牌男子团体的比赛。1985年，马兹哈尔开始代表国家队参加比赛。“桥牌比赛里，每一把你拿到的都是不同的牌，每一局都是新的冒险。”谈到桥牌这项运动的魅力，马兹哈尔说，“你每天都在学习，总是想要不断挑战。”
从他成为职业桥牌选手至今，已经过去了38年。“我已经把生命的每一部分都投入给了桥牌。”马兹哈尔说，“桥牌也给我带来了美妙的人生。”
据新华社



杭州第19届亚运会闭幕式完美谢幕

10月8日，杭州第19届亚洲运动会闭幕式在杭州奥体中心体育场举行，数字火炬人“弄潮儿”返场，共同见证主火炬熄灭。
据新华社

体验“神秘的东方力量” 亚运会让 浙派中医“火出圈”

本报讯(记者 戴虹红 通讯员 陈岩明 王飞君 丁韩洁)“真棒，我感觉耳朵在发热，中医，好，很好!”来自伊朗的记者Bahri竖起大拇指说道，“Great, Chinese medical, 很棒!”杭州亚运会期间，浙江中医药大学附属第一医院(浙江省中医院)中医护理传承创研工作室和中医护理亚运保障团队成员以及医院中医药博物馆工作人员一行10余人，在杭州亚运会主媒体中心中医药文化体验馆内开展的中医护理体验主题活动，受到主媒体中心国内外媒体朋友、工作人员、志愿者和各国参赛运动员一致好评。

两位来自伊朗的记者因为工作压力大，来到杭州后，又面临着倒时差的问题，除了肩颈不适之外，还有睡眠困难。体验中，护士长汪永坚和护士卫小凤分别对他

们开展了耳穴压豆和擀筋棒肩颈肌肉放松操作，瞬间缓解了外国友人的疲劳。

为了此次主题活动，团队各位成员也都做了精心准备，其中就有中药叶画展示与现场体验项目。护士张文静和柳雅一起带来了制作精美的中药材叶画作品，并准备了许多DIY配套的中药材指导大家现场“创作”。

据悉，由浙江中医药大学主办的中医药文化体验馆，开馆后受到了来自多个国家和地区参观、体验者的热烈欢迎，前来体验的人员时常排起长队。每天都有来自该校附属医院的推拿科专家坐镇为大家提供服务，他们说：“虽然很忙，但能代表浙派中医的一份子，在亚运期间向世界展示浙江中医药的魅力，感到特别自豪。”