



师子儒

运动场上优异成绩的取得,少不了运动员的付出,更离不开教练员平日的悉心指导和赛场上的临阵指挥。鲜花与掌声,同样要献给他们。让记者带您走近省运会的部分洛阳功勋教练。

掏心掏肺带队员 幕后英雄不好当

——走近省运会的部分洛阳功勋教练

把队员当朋友的“枪神”

教练员档案

师子儒,31岁,市射击体校男子步枪教练员、国家健将级运动员,2009年至今在市射击体校执教。在省十二运会上,我市射击队获得11枚金牌、14枚银牌和7枚铜牌。

在2005年全国射击锦标赛上,师子儒夺得男子10米气步枪团体冠军,这次夺冠是我省在该项目

上零的突破。他执教的战绩同样不俗,先后培养出9名省级射击冠军,如果说他培养的冠军是“神枪

手”,说他是“枪神”也不为过。

“对竞技项目而言,运动员重在成绩,教练员重在全局。”师子儒说。他现在带的队员多为90后,个性强,看到他们就像看到当初的自己。在执教过程中,他把这些队员当朋友,特别注重沟通、交流。

如今,运动员练着练着就不练了的情况很常见,让不少教练感到头疼。为让家长放心、支持,市射击体校每年都会举办“开放日”活动,其发起者就是师子儒。

爱动手创新的田径教练

教练员档案

刘劲松,41岁,市田径体校教练员。他的2米跳高纪录,至今在我市无人能破,跳远曾获得全国第五名的好成绩,2000年进入市田径体校执教至今。在省十二运会上,我市田径队获得15枚金牌、13枚银牌和13枚铜牌。

“队员的热情是教练的动力。”刘劲松说,有一年冬天,雪下得很大,他以为不会有队员来校上课,结果队员全到齐了,感动之余他告诉自己不能松懈。

平时从生活到训练,再到队员的心理状态等,刘劲松样样都管。曾有一个外地运动员慕名来找刘劲松学习,到洛阳后生活费紧张,刘劲松就把他带回家照顾。

工作之余,刘劲松就地取材,发明了不少东西辅助训练。

他将普通PP管改造成“跑杆架”,训练时依次排开,帮助队员提高跑跳时的腿部回摆速度。这个工具已在队里用了四年,替换了之前用的旧鞋盒。

“我退役是因为坐骨结节损伤,事实上由于这部分肌肉不易锻炼,不少田径运动员都是因此伤病中断或终止运动生涯的。”刘劲松说,他想了不少办法,最后将一台健身器材进行改造,使其能够辅助锻炼坐骨结节附近的肌肉群,帮助队员避免伤病。

“当教练不仅要知道如何提高运动成绩,更要知道如何保护自己的队员。”刘劲松说。

本报记者 马毓馨 通讯员 沈鸿灿 文/图

与病魔顽强抗争的足球教练

教练员档案

王庆,49岁,市足球体校教练。1987年到市足球体校执教至今,培养出陆峰、肖智、李照楠等运动员和教练员,目前兼任白马小学等四所小学的足球教练。在省十二运会上,我市足球队获得8枚金牌、4枚银牌。

在2006年第十届省运会上,洛阳女足在该级别赛事上首次获得冠军。当年带队参赛的正是王庆。

很多队员都不知道他和死神打过交道。“2002年省九运会期间我突然感觉说不出话,喘不上气,喉咙疼得

厉害,多说几句头上就冒汗。”王庆说,他忍着剧痛,等运动会结束才到医院治疗。

王庆被确诊为喉癌,医生说活不过5年。几经治疗,他的病情才终于稳定下来。没想到2008年旧病复发,并导致多发性骨髓瘤出现,直到现在,他每隔一天就要打针,天天离不开药。即便如此,

他最挂念的还是足球,在住院治疗期间,他还通过电话了解队员训练情况,指导助教训练。

王庆对足球运动的发展有自己的看法和思考。“我市足球运动在以前是杠杠的,近几年出现下滑,主要原因是体教结合不好。”王庆说,这也是他坚持在学校搞训练的主要原因。



王庆(右)带学生训练

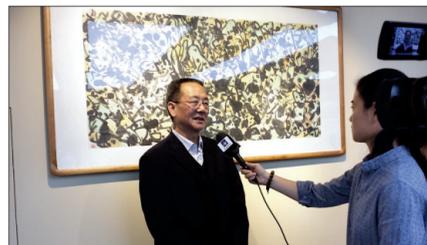
首届河南省博士后运动会闭幕 我市获奖总位数居省辖市第一

本报讯(见习记者 姜明明 特约记者 李帆)昨日从市人社局获悉,日前在开封举办的首届河南省博士后运动会中,我市获奖总位数在省辖市中位列第一。

首届河南省博士后运动会于9月26日至28日在河南大学举行,设羽毛球、乒乓球、网球三个单打项目和篮球、4×200米接力、定向越野三个团体项目。来自全省范围内的17个省辖市和高校代表队的300余名博士后参赛。

我市派出由21人组成的代表队,先后在篮球、4×200米接力两个团体项目中分别获得第三名、第四名,乒乓球获得第六名,羽毛球获得第三名,网球获得第三名和第四名。此外,我市还获得“优秀组织奖”和“体育道德风尚奖”,在省辖市中获奖总位数位列第一。

倪水通艺术展在京开幕



倪水通在展览现场接受媒体采访 倪五洲 摄

本报讯 10月13日下午,我市书画家倪水通先生“诸相非相”艺术展在北京商务印书馆涵芬楼艺术馆开幕,首次展出了他从2004年开始“修心10年”的40幅书画作品。

现年70岁的倪水通先生现为龙门博物馆名誉馆长、洛阳美术学院院长、中国书法家协会会员,曾任河南省书法家协会理事、洛阳市书协副主席兼秘书长。

此次艺术展以“诸相非相”为主题,显示了作者力求在“似与不似”之间找寻自我的纯真心境。艺术展将持续至10月20日。(刘成武)

本周六,免费看《盟军夺宝队》

市总工会“免费电影周周看”活动本周放映电影《盟军夺宝队》,放映时间为本周六(10月18日)15时。市民可凭工会会员证或本人身份证于本周四、周五的8时30分至12时、14时30分至18时,到市工人俱乐部售票处领取电影票两张。

电影《盟军夺宝队》被誉为二战版《十一罗汉》。希特勒大肆掠夺各国艺术品,并颁布《尼罗法令》:如果德国战败,所有艺术品将被销毁。在罗斯福指示下,一支由博物馆馆长、艺术专家组成的特殊部队,冒着生命危险赶往战争前线,去捍卫人类史上伟大的文明遗迹……(沐冉)

好来历石磨面挂面系列产品恢复供应

第二批市民代表走进永生挂面厂 与好来历结下一“面”之缘

首先告诉大家一个好消息:即日起,好来历的“面”粉儿们又能吃到咱的放心挂面啦!

上周末,备受期盼的第二批好来历石磨面挂面在数十名热心市民代表的监督下开始生产。经物流紧张配送,目前市民可就近到好来历各区域专卖店购买。

打鸡蛋从来没这样过瘾过

配料间里,看到一个个澄黄的好来历山养柴鸡蛋被大人们一磕一个准儿,一直腼腆地跟在妈妈身后的小金泽有点按捺不住了。

上了白大褂、戴上手套和手套,小家伙也迅速参与到原料的制作中。“在家也磕过鸡蛋,但从来没有像今天这样过瘾。”小金泽回头冲记者调皮一笑。

一位老先生急着找一双筷子,他听人说质量好的鸡蛋,拿根筷子扎进蛋黄里都不倒。尽管这种鉴别方法仍有待考究,大爷对好来历山养柴鸡蛋的认可却溢于言表。

不吃挂面的历史今天结束了

“我先生知道,我在家从来不吃挂面。”四十多岁的赵女士笑着说,由于市场



打鸡蛋



挂面生产线

上的很多挂面碱、盐、硼砂等含量超标,一来影响口感,二来危害健康。

一次偶然的的机会,赵女士在朋友家尝到好来历挂面,感到十分美味,于是决定到“好来历石磨面挂面”生产车间一探究竟。

参观过程中,他们不时拿出手机拍照,最后离开挂面厂的时候,还带走几十斤挂面。赵女士说:“不吃挂面的历史,今天结束了!”

浓情一碗面 健康带回家

中午,大伙儿围着香喷喷的好来历挂面吃得热火朝天,席间还交流了挂面的多种吃法。

“自从我用挂面做过一回卤面之后,就再没买过鲜面条。”张女士说,好多人担心用挂面做卤面会太干,其实只要在锅底添足了水,将干硬的挂面直接放上蒸笼即可。最后炒菜的时候注意多留点菜汁儿,待面八成熟的时候把菜和面一搅,再回笼蒸个几分钟就齐活儿了。“这样做出来的卤面绝对比用鲜面条做的吃着筋道,还不粘连!”

自古以来,中国传统饮食文化里就有“原汤化原食”的说法。今年79岁的张先生也是爱面人士。在吃面之前,他特地尝了一口未浇炸酱的原味石磨面挂面和煮面清汤。“这才是面应有的味道嘛!”老爷子笑着说。 谢娜娜/文 高山岳/图

好来历各区域专卖店地址				
区域	店名	联系人	地址	联系方式
涧西区	好来历黄河路店	郭媛	黄河路与辽宁路交叉口向北30米路东(黄河路83号)	18638825888
	好来历南苑路店	饶学富	南苑路清华园正门口东	15539729838
	好来历科技馆店	高万敏	南昌路1号(科技馆对面,牡丹妇产医院向南100米)	13837977347
	好来历天津路店	张笑笑	天津路和西苑路交叉口南200米路西	18037917806
洛龙区	绿润便利店	马纪伟	南昌路与寨南路交叉口兴隆花园内207号楼	18637906072
	好来历报业大厦店	朱妍	开元大道洛阳日报报业集团1809	63350000
老城区	好来历古城路店	史春燕	古城路与学府街交叉口东北角古城路农贸市场二楼8号门市	13937966444
高新区	好来历神都大厦店	李鸿雁	九都路定鼎立交桥东宇博大酒店向北100米神都大厦一楼	13213538007
西工区	好来历延光路店	姚兰	延光路10号(延光路与翠微路交叉口)创业服务中心6层	18637928426
	御福源便利店	李志强	西工区凯旋路小学西门面	18238822880
瀍河区	建洛放心豆腐专卖店	张建军	行署路菜市场中段彩虹房04号	13939913936
	建洛放心豆腐专卖店	王月琴	唐宫路菜市场	15517995329
伊川县	冷鲜肉店	安红伟	恒大绿洲19-106商铺门面众品冷鲜肉店	18336789871
孟津县	好来历伊川店	屈佳佳	伊川大张盛德美向南50米路西金利福珠宝店内	68361669
吉利区	好来历孟津店	吕大勤	孟津县孟庄市场西出口正大冷鲜肉西10米	18137753577
	好来历吉利店	翟向阳	吉利区河阳路中段吉利一中对面(石化医院西300米)	13783165231
宜阳县	好来历宜阳店	王国锋	宜阳县香鹿山大道香山丽都东门口	13903888788
栾川县	好来历栾川店	王先生	栾川县伏牛南路高杆村南100米	18638814884



好来历·原生态放心安全生活资源推荐

好来历·六堡黑茶

茶中古董 愈陈愈香 降脂减肥 护肝调胃 明目清心 保健养生



国家地理标志产品



好来历诚招各区域加盟商

好来历·龟苓膏

百年药膳 低脂低醇 滋阴润燥 老少皆宜 真正含有龟板成分



洛阳老酒

手工酿造 纯粮固态发酵 百姓价格 一线名酒品质

好来历24小时订购热线: 0379-66778866 集团客户及售后服务: 0379-63350000 洛阳老酒20分钟送达全城餐桌专用热线: 酒歌go 0379-66777766

尽悉原生态优质安全生活资源 登录好来历官网

www.lyhll.com