

刻苦训练,屡次斩获网球大赛奖项

段家孪生兄弟好样的!



段元凯(右)、段元广(左)与班主任刘晶老师合影(中)
本报记者 李倩 摄

■ 本报记者 李倩

“厉害了信阳的网球少年。”“这对孪生兄弟取得这么优秀的的成绩真棒。”近日,信阳市羊山中学8年级12班的段元凯、段元广在“李宁王子杯”国际青少年网球排名赛第四站中获得男子双打第一的优异成绩,段元凯获得单打第二的好成绩,让不少市民为这兄弟俩点赞。

6岁半接触网球 11岁比赛中崭露头角

今年13岁的段元凯、段元广兄弟俩从6岁半开始学习打网球,逐渐培养对网球的兴趣。10岁时,开始了正式全面系统的体能训练,经过几年扎实的基础训练,兄弟二人于2015年开始在全国的青少年网球赛事中崭露头角并取得优异的成绩,在当年“郑洁杯”网球赛北京站段元凯夺得单打冠军头衔,段元广位列亚军,并且获得郑洁的亲自指导训练。

2016年,段元凯获得中国网球青少年巡回赛单打亚军,兄弟俩都进入了总决赛的前四

强,不仅如此,还获得了“李宁王子杯”国际青少年网球排名赛12岁组第四站的男子双打第一和总决赛双打冠军以及“郑洁杯”青少年全国网球总决赛亚军的好成绩。

2017年兄弟俩再接再厉,一边在学校刻苦学习文化课,一边在训练场上挥汗如雨,段元凯获得“东风标致杯”中国业余网球锦标赛单打冠军,段元广取得亚军;8月份,兄弟俩在“李宁王子杯”国际青少年网球排名赛第四站中获得男子双打第一,段元凯单打第二的优异成绩。

训练辛苦 付出就有回报

“9月29日,我俩就要出发去参加中网青少年巡回赛全国总决赛,对于这次比赛有信心也有压力。”哥哥段元凯说,自己进入了比赛的4强,弟弟进入8强,希望他俩能够在总决赛的赛场上取得不错的成绩。

段元凯和弟弟每周要进行4次正式的体育训练,其中,网球技能训练3次,需要找专业的教练进行指导,体能

训练一次,目的是增强自己的基本素质。

同时,羊山中学体育老师王涛在每周的体育课上也为兄弟俩制订了与其他学生教学内容不同的教学方案。“关于他俩的教学内容更加趋于专业运动员的专业训练,每次会安排特定的项目,以此来培养学生的身体素质。”王涛说。

“虽然平时训练很辛苦,但是付出总会有回报的。参加比赛能够找到自身的不足,可以积累很多经验及教训,同时也是对自己辛苦训练的肯定,能够更好地推动自己在网球领域有所发展。”段元凯说。

学习与运动兼顾 德智体全面发展

对于未来的发展,兄弟俩有着明确的目标。“我们要在学习好文化课的同时将网球打好,争取能够上网球专业性比较好的大学,比如,浙江大学。”弟弟段元广说,我俩现在正在补习薄弱学科,争取早日进入班级前20名、年级前100名。

班主任刘晶老师告诉记者,段元凯、段元广是谦虚、低调、内敛的好孩子,并没有因为自己在网球方面取得的成绩而傲娇,不仅在班里团结同学,遵守纪律,热爱班集体,而且在学习上都十分勤奋好学,有不懂的问题会主动向老师。

“我们学校一直奉行以德养智、以体促智,培养合格中国人的办学理念,段元凯与段元广在网球方面的特长,任课老师会给予他们最大的支持,给他们创造更好的学习及训练环境,让他们在未来发展更加优秀。”刘晶老师说。



27日,在我市举行的AHA河南分会官员会议暨明星发型师课程,吸引了来自河南地区优秀的美业从业人员共计114人参加学习。AHA亚洲发型师协会河南分会自成立以来,积极开展各种交流活动,旨在通过总会的资源积极推动河南地区美业的发展。

本报记者 郭晓雨 摄

为健康保驾护航

北京协和医院泌尿科诊疗新技术推广“牵手”信阳博士医院

信阳消息(张勇)为进一步加强男性功能障碍诊疗新技术在全国范围的推广应用,将信阳男科诊疗水平与北京协和医院等知名医院接轨,9月26日,由中国医学科学院、北京协和医院的王海、张海林、白明、曾昂等专家联手开展的“内置生物套技术”(脱细胞生物补片真皮)临床应用推广会在信阳博士医院成功举办。

推广会当天,由山西医科大学博士、主任医师赵双生主任作为技术推广代表,详细讲解了脱细胞生物补片在男科诊疗上的临床应用,并对该技术在多学科临床应用取得的良好效果进行了深入探讨和分享。

为了搭建与北京协和医院、山西医科大学附属医院的技术合作平台,推动“脱细胞生物补片技术”在临床上的应用,信阳博士医院特聘赵双生教授为临床指导专家,定期与医院医生进行远程会诊,择期将与北京协和医院专家组亲临信阳,帮助更多患者康复。

当日上午,信阳博士医院手术室一切准备就绪,赵双生教授现场操作,对该院医护人员现场指导,40分钟后完成了在信阳博士医院的第一台“脱细胞生物补片技术”手术,为信阳男科领域该项技术推广与临床应用起到了深远影响。此次手术的成功开展,为众多信阳男性功能障碍患者带来了康复新希望,也预示着信阳博士医院与北京协和医院的技术合作将会越来越紧密。

据介绍,此次手术是我市第一例采用“脱细胞生物补片技术”手术完成的泌尿外科手术,该项技术比传统技术更加安全可靠,无排斥反应、相容性良好,且感染概率小、无毒副作用。以此次合作手术为载体的推广会也实现了信阳男科领域与北京协和医院等知名医院的技术接轨。

信阳市食品药品监督管理局 专栏

食药安全常识

(接上期)

南瓜

掐外皮:用大拇指的指甲将南瓜的外皮稍稍用力掐一下,如果感觉南瓜外皮比较坚硬,那么这样的南瓜就是老南瓜;如果一掐就破,则证明成熟度不够,这样的南瓜口感较差。

看外皮:挑选时,要选择外形完整的南瓜,如果选购的是有机产品,可能会发现南瓜的外观不是非常“完美”,不过这并不影响南瓜的品质。

看颜色:如果挑选的是密本南瓜,最好挑选橙色的;如果挑选的是京绿栗南瓜,则以深绿色为佳,颜色深一些的,证明成熟度高。

闻味道:南瓜老熟后有一种特殊的香气,是南瓜的清香气味。

摸茎部:南瓜上一般会连着一小段茎,这样的南瓜比较易于保存,用手掐一下这段茎部,如果感觉非常硬,手感几乎像木头一样,就证明南瓜采摘的时机比较合适,

成熟度好。

看瓜瓤:将南瓜切开时,会感觉南瓜的瓤非常坚硬,这样的南瓜口感又面又沙,而且甜度高。南瓜瓤的颜色多为金黄色,颜色较深的,成熟度高。瓜子饱满也是南瓜成熟度高的表现之一。

拍一拍:将南瓜托在手上,用另一只手去拍,如果声音发闷,感觉南瓜的内部结构非常紧实,证明南瓜的成熟度比较高。

掂一掂:相同大小的南瓜,挑选的时候选较重的那一个。较沉的南瓜,成熟度更好。

声明

●兹有信阳市羊山新区居然之家1-021营业执照副本(证照编码:411596601053170),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳金兴林业有限公司在中国农业银行信阳市浉河支行西城分理处开立的账号为797201040004013的开户许可证(核准号:J5150000592601),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有吕正平的豫STN572号三轮车,该车已自行拆解报废,此机动车登记证书、机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。