

就业创业路上的多彩人生

系列报道之十一/之十二



看着一枚枚汇聚着汗水的奖牌,张龙和刘燕感慨颇多。



学员练习中。



学员在健身馆挥洒汗水。

健身夫妻档的追梦人生

本报记者 马楠 白茹 李宏亮 文/图

增肌餐到底该怎么吃?健康体脂率怎么维持?这些问题在银川云铁健身馆能找到答案,因为导师张龙、刘燕是赛级健美运动员。

2024年11月,刘燕参加了在长沙举办的DMS职业卡资格赛,获得女子比基尼项目全场第三名的好成绩,在这样一场专业的健身健美比赛中“拿卡”相当于踏入了职业运动员门槛(取得了赛级运动员资格)。

8年前,刘燕为了减脂走进健身房。已经有1年健身经验的张龙注意到了角落里有力量、能吃苦的刘燕,在

他的鼓励下,刘燕第一次参加省级健美比赛。

那是一场改写人生的比赛。“头一次站在聚光灯下展示自我,那股兴奋难以言说。”刘燕瞬间被“点醒”,那一刻她决定要把健身从爱好转变为事业。

二人手中6万元的创业基金付过房租、器械订金后已经所剩无几。“为了节省开销,所有器械我们自己动手安装,可是它的底座重达300斤,怎么运上楼啊。”刘燕指着一台跑步机说:“那天我坐在黑漆漆的楼道里,等待龙

哥去搬救兵,心里想着尾款还没有着落而发愁……”

度过了最窘迫的日子,现在30多台器材“躺”在云铁290平方米的场地里,100多名学员将课程排得满满当当。“我昨天翻看微信朋友圈,看到龙哥2018年写下的‘如果我有一家自己的健身馆就好了’,如今梦想成真了”。刘燕说。

云铁有一面铁架,陈列的50多枚金银铜奖牌和奖杯,展示着张龙、刘燕和徒弟们7年来参赛的“战果”。张龙说:“参赛就相当于做单元测试,可以考

评自己阶段性训练成果,还能发现不足,保持进步的动力。”

“最初,我们也在网上搜索图片模仿学习,但不标准更不系统。如今想要健身的人与我们当年面临的困境一样,所走过的弯路都成为了教授学员的宝贵经验,好的健身场所可以为你量身定做一套科学的健身之路。”刘燕说。

学员们有的想把健身当成送给自己的40岁生日礼物,有的想实现舞台梦,有的想给孩子做榜样……刘燕说:“无论初衷是什么,健身是主宰自我的一种方式,汗水永远不会辜负你。”



张龙与刘燕共同训练。



“贺兰山”砂石画香薰石以贺兰山地貌实景创作,原料由贺兰山下不同颜色的砂石块研磨而成。



涂智在大武口洗煤厂工业遗址公园开设沙画展示与体验工作室,不少孩子前来体验沙画制作。



涂智带领团队开发的“沙忆时光·沙画胸针”系列产品在2023中国旅游商品大赛中摘得银奖。



涂智在不断探索中对沙画的研究愈发深入。

砂石画里的青春色彩

本报记者 王晓龙 马赛尔 文/图

“刚开始,全是利用课余时间摸索着做,网上查不到资料,我就自己琢磨制作工具与彩沙,从简单的风景图案,慢慢试着创作精细的人物肖像,在不断尝试中,我对沙画的热爱愈发炽热。”涂智说。随着沙瓶画制作水平的逐渐提高,涂智在学校成立了沙画社团,带领40多名社员一起研究沙瓶画。

1994年出生的贵州小伙涂智,在宁夏理工学院上学期间,偶然接触到沙瓶画,从此便一发不可收拾,开启了自己以沙“织梦”的多彩人生。

2016年,大学毕业的涂智注册成立了宁夏沙忆时光文化传播有限公司,将沙画作为开启人生新篇章的起点。2018年,涂智带着“带走一片沙,留下

一方绿”项目参加第五届“创青春”中国青年创新创业大赛,并成功入选全国项目。2023年,涂智团队创作的“沙忆时光·沙画胸针”系列作品在2023中国旅游商品大赛中摘得银奖。几年来,涂智的公司在沙画业界已小有名气,公司也获得了与沙画相关的13项实用新型发明专利以及1项外观专利授权。

“这几年,我们开发了景泰蓝掐丝沙画、固态沙画等不同工艺的沙画。产品类型也由传统的沙瓶画,拓展到沙画手提包、茶杯垫、胸针等更多实用性产品。”涂智说。

2023年,涂智的沙画项目成为第九批石嘴山市级非物质文化遗产项目。2024年11月,涂智非遗沙画文创研发工作室入选了自治区文化艺术创新团队。

十年磨一剑,非科班出身的涂智用热爱成就了自己的沙画事业。“对我而言,沙画不再仅仅是一种艺术形式,已经成为我生命中不可或缺的一部分。虽然让沙画真正实现商业化还有很长的路要走,但我会不断尝试,让沙画这门艺术有更多的表达方式,并能走进更多人的生活中。”涂智说。