

感受太极魅力 体悟武德精髓



文武之道，一张一弛。8日上午，永康小记者们来到永康日报忽雷太极馆，亲身领略太极风采，感受太极魅力。通过一上午的学习，小记者们有板有眼的一招一式，赢得了太极馆馆长和教练们的一致好评。通过这次学习，小记者们也懂得了武德的精髓所在，希望能够学习更多的太极拳知识，将民族文化遗产下去。

太极中的奇葩——忽雷太极

这些年，我发现人们对运动的热爱提高了不少，仿佛那已是生命中不可或缺的一部分。8日，永康小记者们来到了忽雷太极馆，进行了一系列的体验与互动。

和蔼可亲的馆长向我们介绍：忽雷太极是太极中的一支奇葩，需要不停地发力，与绵柔的李氏太极不同。身手需要忽起忽落，忽柔忽刚，如闪电似迅雷，动作刚劲精巧，周身抖擻如颤抖，两脚挫碾震促，嚓嚓有声，好似天降之雷，因此得名忽雷拳。

接着，馆长又亲自教大家学习忽雷拳。看着馆长那矫健的身姿，大家都热血沸腾，不禁跃跃欲试。看起来简单，做起来难啊！大家的动作如老鹰抓小鸡、笨熊捕猎物，一个比一个滑稽。馆长措手不及，便派了三位高手来教大家，并确保了动作的精准度。

时间过得很快，活动转眼就要结束了，不得不说，看似刚猛实则温柔的忽雷太极拳，给人们带来了很大的好处。

本报小记者 胡晶晶

走进太极馆，了解太极拳

8日上午，永康小记者们走进忽雷太极馆，了解太极拳。馆长杨志刚、太极拳教练应奇红、李文伟，接待了小记者们。

在教练们的带领下，小记者们先是欣赏了杨馆长的一段太极拳，接着又学习了关于太极拳的知识，了解了该派太极拳的创始人杨虎，明白了太极拳派别很多，比如陈式太极拳、杨式太极拳、武式太极拳等。

接下来，小记者们跟着几位教练学习了太极拳的三个动作，分别是：起势阴阳手、金刚捣碓、懒扎衣。最后，小记者们还现场来了一个太极小比拼，赢得了教练们的掌声与认可。活动接近尾声时，应奇红教练告诉我们：打太极要以柔克刚，以刚克柔，刚柔并济。

通过这次活动，小记者们不仅学习了太极拳的招式，而且进一步了解了太极拳的相关知识，明白了太极拳并不是只有柔中带刚的招式，也并不都是手捧球的动作来开始的，它有着许多不同的派别。

本报小记者 胡晏玮

体验太极文化，领略太极魅力

8日上午，永康小记者来到忽雷太极馆，体验太极文化。

忽雷太极的创始人是杨虎，之所以称忽雷太极，是因为他一动一抖擻，一步一拧促，犹如风雷激荡。随后，馆长杨志刚为我们演示了一遍，一招一式精彩绝伦，让小记者们领略了太极独特的魅力。杨师傅对我们说：太极又分陈氏太极、杨氏太极、吴氏太极、忽雷太极等。太极不仅能够让我们放松身心，集中注意力，还可以强身健体！

杨师傅看我们跃跃欲试，就教了我们三招：开步、抬手、下压。刚柔相济，吸气吐气。我们沉迷其中，无法自拔。后来，为了精益求精，我们分为三组进行练习。慢慢地，我们越来越放松，动作一气呵成，得到了许多师傅的一致好评。

就这样，我们度过了一个充实的上午，了解到了太极的博大精深。将来，我也要学习太极，把中华文化发扬光大。

本报小记者 杨彬语

有趣的太极

8日，永康小记者来到了永康日报社七楼的忽雷太极馆学习打太极。

初到太极馆，一位身着黑衣的老师正在打太极，同学们看得很入迷。只见那位老师一会儿抬脚，一会儿推手，动作十分轻盈，时不时还能听见出手时发出“哼”的一声，动作一气呵成，自然协调。当他说出要教我们几招时，我们兴奋得不得了。在学习之前，老师先给我们看了一眼房间里挂着的两个大字。老师问：谁知道那里写了什么？没有一个人吱声，老师说：那是武德。原来习武也要有道德，当我们向老师保证自己不会用太极伤人后，老师才开始传授。

老师先演示了一遍，只见他慢慢地把双脚分开，然后将双手慢慢地抬起，将手掌朝前，又慢慢地将手往下放。突然，“哼”的一声，他突然换了一个姿势，我们也跟着练习起来。经过一段时间的练习，当开始最后的展示时，我感到无比激动，练太极的感觉真好呀！

本报小记者 傅华登



小记者体验忽雷太极拳



教练手把手教学



小记者们合影留念

记者 胡颖

快递如何到手中 小记者们来探秘



在电商发展如火如荼的现在，快递与我们的生活已经密不可分，快递员有多忙多累，他们是如何分拣、运送包裹的？8日下午，永康小记者们来到中申达集团，当了一回小小快递员，参观了快递分拣、扫码、运送的全过程。

了解快递文化

8日，我们来到中申达集团参观。在会议室，梁总经理给我们介绍了公司的历程。我们得知：中申达集团创建于2017年8月，先期总投资4个亿，下辖中通、申通、韵达三个快递企业的永康分公司；目前仅韵达快递就拥有员工3000余人，分拣流水线共计4公里长，平均每天处理快递60余万件。

梁总自豪地说：优秀的企业离不开良好的企业文化！我们穿着黄色主色调的韵达制服，胸前的笑脸LOGO，是以“达”字为原型，阐明在快递领域“运达”为企业的主要目的，糅合快递企业对货物的送达、道路的通达、信息的传达、情感的表达等多方面功能。

我们了解到，通过对“达”字的图形化演变，将民族的文字转变为世界性的图形符号，寄托韵达走向世界的愿望和信心。方块元素寓意包裹，以“大”字为中心象征人在快递运输过程中的传递作用，同时体现韵达把人作为企业的核心，关注员工，重视人才，尊重客户。

最后，梁总殷切期望我们努力读书，学好本领为中国的快递行业尽一份力。

本报小记者 郑熙懿

高效便捷的自动化流水线

8日，永康小记者团来到了中申达集团。

据了解，中申达集团建于2017年10月，旗下有中通、申通和韵达三家快递公司。

当天，我们主要了解的是韵达集团的流水线。流水线其实就是长长的传送带，总长约为4公里，货物放入流水线通过上方的扫描仪一扫描，就知道是应该送到哪里的。随后，分流的机器就会将货物自动送入相对应的出口，快递员只需要在出口等货物出来就可以准确无误地送到客户手里了。

自动化的流水线提高了快递的效率，大大减少了分配的时间，为我们的生活提供方便。

本报小记者 陈允熙

四零工作目标，让快递准确送达

8日下午，永康小记者团来到花川路中申达集团韵达分部参观。

穿上工作服，梁经理带我们来到了操作间，里面共有两条流水线，流水线是一条宽1.5米的传送带。其中一条是自动化的，速度很快。通过介绍，我知道了中申达集团成立于2017年，仅韵达快递员工人数就达3000人，中申达集团的工作目标是：零事故，零差错，零容忍，零延误。现有城区、古山、长城功能工业区、花川等分部。

除此之外，我们还了解到，一个快递在网上下单后，业务员上门取件，包裹抵达公司，准备发往目的地，经过运输、分拣、派送等环节，快递便能到达买家手中。

参观结束后，梁经理希望我们好好学习，为快递工作做出贡献。

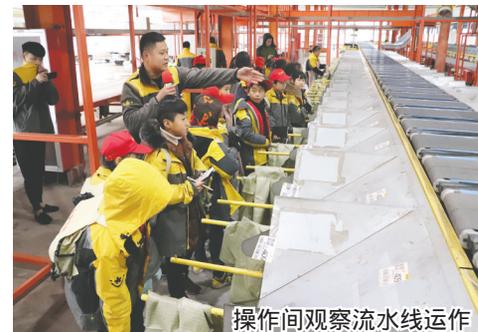
本报小记者 徐菁



双十二 小记者们体验快递分拣



小记者们了解快递文化



操作间观察流水线运作