

## 探访上海中老年模特队 退休生活同样多彩

2023年03月01日 16:48 来源：中国新闻网



你认为一支模特队的平均年龄是多少？近日，一支平均年龄为63.5岁的中老年模特队吸引了网友们的目光。日前，记者前往模特队排练室实地探访。

模特队名叫“龙翔模特队”，创立于2014年。教练张建文介绍，“龙”，意味着要做龙头；“翔”，取自于“短跑飞人”刘翔，寓以永远飞翔，飞的最高、最远的期许。

初见张教练，他西装革履、身形挺拔，如果在大街上遇见，谁也不会想到，这是一位已经步入古稀之年的老人。他介绍，自己40岁开始做模特教练，退休后也并未停下。三十几年的执教生涯里，他教过少儿模特、青年模特、中青年模特，可是唯独少了中老年模特。“我希望在退休后的时间里，能够组建并教导出一批重新焕发年轻活力、具有独特气质的中老年模特队。”基于此，龙翔模特队开始有了雏形，经过几年的时间，模特队现有成员68位，男模36名，女模32人，他们还获得了许多大赛的团体金奖以及个人奖项。

回忆起模特队2015年参加比赛的盛况，张教练脸上写满了骄傲，“工作人员同我说，你们几乎包揽了所有团体奖项，还有个人的金银铜奖项……”

台上一分钟，台下十年功。光鲜亮丽的奖项离不开张教练与学员们的共同努力。

中老年无论是体力还是记忆力，相比年轻人都会打些折扣。尽管如此，张教练还是耐心指导，出错的地方严格指出。张教练经常告诉学员，没有教不会的学生，只有不会教的老师。10次不行就20次，20次不行就30次。

“融入这个大家庭后感觉自己仿佛获得了第二个春天一样”，学员陈女士笑着告诉记者。

据悉，龙翔模特队的成员都来自于不同的职业，他们有人是经朋友介绍，也有人是因为自身兴趣……大家互帮互助，和谐相处，共同努力，在不断提高身体

素质的同时，也变得更加自信、更加乐观、更加富有活力，这些都是融入这个大家庭后所带来的变化。

学员苏女士表示，“年龄只是物理年龄，但是只要抱着这种快乐的心态，大家都能成为不老的传说”。（完）

单词：	tànfǎng 探 访	tǐngbá 挺 拔	zhíjiào 执 教	xīzhuānggélǚ 西 装 革 履
	huànfā 焕 发	chúxíng 雏 形	bāolǎn 包 揽	shèngkuàng 盛 况
	zhékòu 折 扣	nàixīn 耐 心	héxié 和 谐	róngrù 融 入

讨论：1. 你最喜欢什么样的生活方式？若要达到你所想要的生活方式，你需要做哪些准备？

2. 健康、事业和家庭哪个更重要？为什么？你谈谈你的看法。

源新闻：<https://www.chinanews.com.cn/sh/2023/03-01/9963031.shtml>

音声 URL：<http://ttn.co.jp/sound/text/files202303101678411314.mp3>