

沧州这支中老年模特队队员平均年龄57岁，其中年龄最大的已经74岁。她们用行动诠释着“青春不老”的真谛，前不久还受邀登上了央视舞台——

“正青春”

本报记者 李小贤

2月18日，在新华区文化馆内，沧州盛霓裳艺术团团长邵伟正带着队员们进行模特基本功训练。

队员们个个昂首挺胸，步伐间尽显优雅从容。邵伟和艺术团的孙惠茹、吕华英两位助教，不时上前为队员们纠正动作。

训练间隙，大家谈起不久前登上央视舞台的经历，激动之中难掩自豪。

“真没想到我们能在央视亮相，面向全国观众展示我们这群中老年模特的风采。”邵伟高兴地说。

登上央视

沧州盛霓裳艺术团是一支业余模特队，有30多名队员。队员们平均年龄57岁，其中年龄最大的已经74岁。

邵伟是这支队伍的负责人。她身材高挑，一头披肩卷发，让人很难想到她已经年届六旬。

今年2月2日，艺术团登上央视戏曲频道“正青春”银龄新春汇舞台，表演了时装秀《多彩生活正青春》。

“我们用情景模特走秀的形式，展现丰富多彩的生活。”邵伟说，别看姐妹们年纪大，可活力满满。大家热爱美，喜欢展示美，穿上漂亮的衣服，走出了自信。

当初得知要去参加央视节目时，队员们兴奋不已。为了呈现更好的效果，大家反复排练，争取将每个动作做得更到位。“有的姐姐比较紧张，我就鼓励她们放松一些。”邵伟说，等到真正演出时，大家克服了紧张，全身心投入。

节目中，邵伟等人分别以闺蜜、夕阳红运动达人、时尚丽人等组合的形式上台。

舞台上，邵伟身穿一套白色服装，头戴帽子，瞬间给人带来夏日的清爽。随后，两位穿着花裙子的队员走上舞台。三人举手投足间尽显闺蜜情谊。

接着，一群穿着运动服饰的女士在舞台展示起来，有的抱着球，有的拿着球拍。

邵伟说：“运动让人快乐、健康。这个场景，是我们现实生活的写照。我们都是热爱健身的人。”

据邵伟介绍，这个节目是由盛霓裳艺术团与中国夫人模特艺术团共同完成的。

节目播出后，邵伟等人的手机就收到了不少亲朋好友的电话和微信消息。“大姨，你们表演太精彩了，状态超年轻”“祝贺你们走上央视舞台”“真有气质，我得向你们学习”……

请来“外援”

68岁的苑金芬跟着邵伟学习模特走秀已经4年多了。这段时光为她的生活带来了更多的色彩。



展示风采

在央视舞台上，苑金芬身穿运动服，动作娴熟地将篮球稳稳抛向70岁的李金芬。“我和李老师挺有默契的，配合起来特别顺畅。”苑金芬说，李金芬是她的体育老师。那时，她因为个子高被选入了学校篮球队，常跟着李金芬打篮球。

多年以后，因共同的文艺爱好，两个人都加入了盛霓裳艺术团，一起跟着邵伟学习模特走秀。排练《多彩生活正青春》这个节目时，两人一听有篮球互动的场景，当即就表示要“出演”。

“我抱起篮球，当年在篮球场上拼搏的场景一下子就浮现出来了。”苑金芬说，两人在舞台上的互动，仿佛让她们重回青春岁月。

“我们舞台上的服装、道具都是自费购买的。”苑金芬说，儿子特别支持她参加模特走秀活动，这次还专门为她买了篮球。平时晕车严重的她，此次去北京参加节目，因满心的激动与紧张，竟然一路都没晕车。

65岁的杨华家在东光。为了演好这个节目，她要开车从东光赶到沧州市区进行排练。4个小时的排练结束后，她顾不上休息就又赶回东光。

杨华说，她喜欢和姐妹们一起练模特走秀，收获了健康和快乐，再辛苦也值得。

王辉是这个节目来自沧州的两位男模特之一，是邵伟请来的“外援”。邵伟说，团队原本没有男模特，有了男模特之后更加充满活力。

那段时间，王辉每天走上1万步进行练习成了常态。最终，他在节目中表现不错。

“走秀让我忘了病痛”

74岁的魏国英是盛霓裳艺术团中的老大姐，在《多彩生活正青春》节目里，她身着中式服装，手提红灯笼，与同伴儿一同登台，神采奕奕，尽显优雅。

“要是我不说，没人能看出我曾得过一场大病。”魏国英坦



活动满满



日常训练

言。

几年前，她因为手术和化疗，身体变得很虚弱。为了锻炼身体，排解烦闷，她在家人的陪伴下，到市人民公园散步。

一次，她看到邵伟正带着艺术团的队员们排练节目。队员们身姿挺拔，步伐灵动，她们的笑容灿烂而富有感染力。魏国英瞬间就被这充满活力的场景吸引，想加入这个队伍。她找到了邵伟，说出了自己的想法。邵伟热情地欢迎她加入。

参与团队训练，魏国英感受到了快乐。魏国英说：“走秀让我忘了病痛。我和大家在一起，心情变得轻松愉悦起来。”

训练时，邵伟发现魏国英脚步发飘，腿绷不直，给人一种浑身没劲的感觉。

魏国英悄悄告诉了邵伟自己的身体情况。邵伟叮嘱她训练

时要量力而行，千万别累着。

加入团队不久，魏国英就赶上了一次时装秀活动。为了呈现更好的状态，她不仅参加团队训练，还在家里对着镜子反复练习。

“如今，我已经跟着邵伟学习了3年，参加了不少活动，不仅走秀水平提升了，还学会了化妆、服装搭配。”魏国英说，走秀让她结识了不少朋友，晚年生活变得充实又精彩。更让她惊喜的是和姐妹们一起登上了央视舞台。每次想起这，她都满心欢喜。

希望更多姐妹加入

邵伟告诉记者，除了《多彩

生活正青春》节目，她还创作了《江南之南》《旗袍雅韵》等情景模特走秀节目，就是希望让更多队员有机会一展风采。

盛霓裳艺术团经常参加演出活动。她们身着旗袍，在运河边上，款款而行，给人一种古典美。她们还会去外地参加活动，每到一处都会吸引很多人的目光。

邵伟不仅是盛霓裳艺术团的团长，还是沧州市老体协健身步态专委会主任。她拥有健身步态国家一级教练员证和一级裁判员证。

“健身步态通俗来讲就是中老年模特走秀。”邵伟说，除了带着团队训练，她还经常到各县开设公益课，让更多女性参与其中，增强自信，提升气质。

在公益课堂上，邵伟对初学者的体态要求并不严苛，只要是喜欢模特走秀都能参加。

上课的过程中，邵伟也看到了不少人通过学习基础步态，发生了很大的变化。

邵伟对一名学员印象很深刻。那名学员第一次上完公益课后浑身酸痛，联系上了邵伟。邵伟指出问题，并给她讲解要领——身体要松而不懈，紧而不僵。经过不断学习，那名学员掌握了走秀技巧，形体变得挺拔，性格也更加自信了。

平日里，艺术团的队员们还会跟着公益团体走进社区、养老院，为老人们表演节目。

为了提升自己，前段时间，邵伟还前往武汉学习了模特走秀相关课程。回来后，她一边带着大家训练，一边分享所学知识。

“为更多女性搭建平台，传授走秀知识，让大家快乐学习，这是我最想做的。我希望更多姐妹加入团队。我想尽自己所能，让姐妹们发现美，展现美，越活越年轻，越活越快乐！我也想告诉大家，无论年龄几何，只要心中有梦，就能让生命之树常青。”邵伟满怀期待地说。

（本版图片由邵伟提供）

扫码看视频 新闻料更多

沧州盛霓裳艺术团的队员们登上央视舞台，展示风采……扫描二维码，观看相关视频。

