

5岁发现跳绳天赋 首次参加国际赛事斩获两枚金牌 7岁樊敬煊 “我想挑战更难动作”



的训练她都特别珍惜。“我记得有一回下大雨,场馆附近堵车,我就和她商量下车走过去。”程雪说,她当时还担心孩子娇气,没想到樊敬煊却主动走到前面。

30多根跳绳 磨出小姑娘的韧劲与底气

在樊敬煊家的客厅里,30多根跳绳堆成了“小山”。“开始学花式之后买了很多跳绳,什么竹节的、白胶的、钢丝的……”樊敬煊爸爸樊云超表示,“每一条跳绳都代表训练的不同阶段。”

往返的奔波与疲累樊云超夫妇从不叫苦,但是女儿身上抽出来的一条条红痕却刺痛着父母的心。“女儿刚练花样时,手柄握在手里不如小孩子牢靠,在高速连跳中,手中的绳子经常飞出去,甩到自己身上,身上一下子就留下一个红痕。”程雪心疼地说,樊敬煊练习时多用的是钢丝绳,细细的钢丝绳拎着轻便,但抽在身上特别疼。刚训练时,樊敬煊常常一边揉着胳膊,一边掉眼泪说:“妈妈,太疼了,我不想练了。”

可是每次冷静下来,樊敬煊都默默地擦干眼泪继续训练。“樊敬煊领悟能力很强,她的进步速度也远超同龄的孩子,但最难得的,我觉得是她的韧劲。”仲梓豪教练说。

曾经爱哭的小姑娘在两年的训练中慢慢蜕变,不仅30秒最高能跳176次,如今再被绳子抽到,她也只会淡然地说:“妈妈,你帮我看一眼是不是红了。”

两年时光 沉甸甸的奖牌记录成长

两年多的苦练,把樊敬煊送上了一个又一个赛场。她先后参加了全国各大比赛,从哈尔滨市青少年跳绳公开赛,到东北“三省一区”公开赛,再到全国跳绳联赛,奖牌拿了一块又一块。而今年8月的2026 UJR国际跳绳锦标赛暨UJR杯中一举拿下两项冠军。10日,记者采访了两位小运动员。

一次打卡 意外发现跳绳天赋

樊敬煊与跳绳的缘分,始于5岁,为了锻炼孩子们的体质,幼儿园布置了每日跳绳打卡任务。“一开始是老师说觉得孩子适合学跳绳,后面练习中我们也发现她身体协调性很好,别的小孩刚能跳三四十个,她一下就能跳100多个。”樊敬煊的妈妈程雪说:“孩子没事儿就喜欢跳绳玩,能感觉到她是真的喜欢。”

2025年,6岁的樊敬煊来到哈尔滨师范附小就读,同时遇到了跳绳运动员退役的仲梓豪教练,开启了她专业的花样跳绳训练。训练场馆离樊敬煊家单程就要一个多小时,每个周末两小时

亚锦赛摘铜!

11岁田雨鑫 用汗水与坚持逐梦



实习生 王梦迪 生活报记者 刘维娜 李丹

升入初中后 做到学业与竞技两不误

8月5日,浙江上虞,亚洲跳绳锦标赛场馆灯火通明,跳绳抽打地面的哒哒声此起彼伏。U12-15女子4×30秒单摇接力赛鸣哨开赛,黑龙江省跳绳队11岁队员田雨鑫担任第一棒,她攥紧钢丝绳柄,目光紧盯交接区。哨声响起,绳影翻飞,田雨鑫与队友费楚贺、曹静宁、穆芯彤默契完成接力,最终以390次的总成绩斩获铜牌,实现黑龙江跳绳项目亚锦赛奖牌零的突破。这枚奖牌的背后,凝结着田雨鑫无数日夜的汗水与坚持。

在公园看到跳绳的小孩 被深深吸引

轻快的脚步、翻飞的跳绳、欢快的笑脸,这是田雨鑫时至今日仍然记得的画面,也是她爱上跳绳的原因。“7岁那年,我和家人在公园散步,看到有训练跳绳的小孩,我就被吸引了。看到别的小朋友跳绳充满活力,我觉得特别有意思。”田雨鑫说。

田雨鑫的热爱让家人动了送她学习的心,但竞速跳绳强度大,父母也曾顾虑。母亲于丹阳坦言:“我们怕孩子身体吃不消,也曾劝她更换别的项目,但她态度坚定不肯放弃,我们便选择全力支持她。”田雨鑫小学时就谈花园小学哈西校区,家人请她的体育老师为她进行专业训练。就这样,田雨鑫正式踏上跳绳之路,入门仅一年,便在全国跳绳联赛分站赛拿下第四名的好成绩。

锋利坚硬的钢丝绳,高强度训练后,她的胳膊、小腿常布满青黑淤痕,运动服一遍遍被汗水浸透。于丹阳心疼地说:“孩子总被绳子抽得满身印子,我心里非常难受,想让她多休息休息,但她不肯松懈,这份执着让我既心疼又欣慰。”有一次训练失误导致田雨鑫脚踝严重崴伤,即便如此她也从未想过放弃,在伤愈后循序渐进恢复,慢慢找回状态。

图片由受访者提供

出租出售 门市出租

出租南岗区海城街19号门市,临近海城市场、省实验中学、黄房子景区,两室一厅,使用面积45平方米,临街独立门市,停车方便,适合做自习室、办公室、建材商店、库房、中央厨房等,正规牌匾,交通便利,年租金45000元,简单装修。

13895751616

房屋出售

出售松北汇锦滨江湾住宅,四楼,建筑面积86.75平方米,楼间距大,采光好,无遮挡,2室1厅1卫,精装修,含家具家电,拎包入住,南北通透,供暖好,物业好,一梯两户,毗邻大润发超市,松北九中,新区中心公园,交通便利。可贷款。

18686821585

门市出租出兑

松北区融创融园临街门市,二层,建筑120米,已装修,有烟道,可从事多种经营,现店面经营德伦堡酒业。

18645117117

茶脉新语

徽茶始祖——松萝茶 新茶到店 欢迎品鉴



生活报中缝广告 受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼103室 刊84681180 登13104659009 电13613600156 话18686821585

“恒祥城三期业主反映公共楼道成了杂物间”后续

派出所社区物业联动 开展集中清理



生活报讯(实习生李卓 记者仲亮 文/摄)10日,生活报帮办团关注了哈市南岗区恒祥城三期小区楼道杂物乱堆乱放、公共消防通道被挤占的问题。报道刊发后,南岗区和兴路街道电表社区联合小区物业,第一时间赶赴现场实地核查,确认业主反映的情况属实。目前,清理工作正在进行中。

记者了解到,此前社区和物业曾



多次开展楼道杂物清理整治,但治理效果难以长久维持。社区、物业向涉事居民下发整改通知,要求居民在3天内自行清理楼道内堆放的私人物品。可整改一结束,不少住户又把物品堆放在公共区域。

楼道堆物属于重大消防安全隐患,高层住宅一旦发生火灾,会直接影响疏散逃生。为彻底消除安全风险,电表社区主动对接属地派出所、联合



物业服务企业,于11-13日针对恒祥城三期1号楼1单元楼道杂物开展集中清理。本次行动中,工作人员完成7个楼层的楼道杂物清理工作。针对剩余楼层,工作人员仍在逐一联系住户,面对面沟通协商,劝导居民主动清理堆放物品。

小区物业工作人员表示,楼道堆物治理一直是小区治理的难点,物业没有行政执法权限,即便开展清理,遇到拒不配合的住户,也难以实施强制措施。为保证治理成效,社区与物业接下来将持续开展常态化巡查排查,加大消防安全宣传力度,反复向居民普及楼道堆物的安全危害;联动派出

新闻·生活报

帮办团

帮办 仲亮 17800590258

误点链接、隐蔽勾选、开通会员……

男子遭遇扣费短信“轰炸”

警方提示:勿点陌生链接 定期核对账单

生活报讯(实习生艾炳宇 记者黄迎峰)“我的手机好像中毒了一样,明明什么都没操作,它就一直扣费,停不下来了!”日前,省林区公安局通北分局兴林派出所民警快速

处置一起警情,成功为群众挽回损失。“我忘了自己做过什么,手机就是不停地扣费,太吓人了。”8月17日晚,辖区群众李先生紧急来到兴林派出所求助,称自己的手机持续收到扣费短信,银行卡资金被莫名扣除。民警第一时间安抚李先生情绪,并快速核查手机账单、支付授权及扣费记录。民警经详细排查发现,李先生的手机此前打开了很多网页页面,由于不慎点击了陌生链接,在不知情的情况下,被页面隐蔽勾选开通了多项付费会员及免密代扣服务,导致账户持续自动扣费。

为及时止损,民警当场指导李先生操作手机,关闭所有免密支付功能、解除可疑第三方授权,并且修改了支



付密码,全面检查账户安全,成功切断扣费通道。针对已产生的扣费,民警整理相关凭证,主动向平台说明相关情况。经多次沟通交涉,平台最终为李先生取消付费服务,全额退还已扣费用。

警方提示:切勿随意点击短信、微信群内的陌生链接,不下载来路不明的软件。并且,现在不少人开通了免密支付或自动续费功能,这类服务往往首月为零付款或极低价付款,之后会恢复正常价格,有些人事后会忘记关闭,导致产生扣费。用户应定期核查支付账单,及时清理闲置第三方授权,谨慎开通免密支付、自动续费功能。如发现账户资金异常,务必第一时间报警求助。

遭遇“软暴力”怎么办?

普法宣传推送 举报“路线图”

生活报讯(记者栾德谦)记者从省人民检察院获悉,近日我省多地人民检察院结合检察职能,开展扫黑除恶专项斗争“敲门行动”专项普法宣传活动,精准推送违法犯罪举报“路线图”,打通法治宣传、线索收集、维权服务“最后一公里”。

孙吴县人民检察院日前组织干警深入辖区商超、药店、美容机构等重点经营场所及居民片区,干警以“敲门入户、进店走访”形式,面对面与商户经营者、从业人员及往来群众进行交流,围绕经营中易遭遇的恶意索赔、真情讹诈、强迫消费、滋扰造势、阻碍经营等“软暴力”乱象,结合案例进行讲解,明确此类行为属于涉黑涉恶“软暴力”违法犯罪,并告知合法维权途径。



7日,逊克县江畔公园里,一群检察干警摆起了“普法摊”。活动现场,检察干警向居民发放“软暴力”违法犯罪调查问卷和举报黑恶违法犯罪“路线图”等宣传资料,并结合问卷内容,逐一讲解村霸乡霸、软暴力催收、网络套路贷、强迫消费等各类涉黑涉恶违法犯罪的表现形式,帮助群众认清隐形黑恶势力的作案手段。 图片由省人民检察院提供

22选5 第26247期 01 05 14 20 21	3D 第26247期 609
七乐彩 第26106期 03 09 10 13 24 26 28+07	p62 第26247期 340930+0
	36选7 第26105期 02 05 06 12 27 30 31+29