

在春城和刘畊宏跳操 是一种怎样的体验?

2月9日,来自全国各地的“刘畊宏男孩女孩”齐聚春城,共赴刘畊宏兔年首场户外跳操。大家在滇池畔,感受春城户外健身魅力,体验春城健康生活方式。



有氧健身操律动春城



刘畊宏为粉丝签名

> 对话刘畊宏

在这里跳操 有一种幸福感

第一次在户外和“刘畊宏男孩女孩”们近距离交流与互动,刘畊宏很激动。9日跳操前,他告诉记者,今年从云南出发,将带着大家开启不一样的户外跳操之旅。

春城晚报:这次把直播间“搬”到云南,在“有风的地方”跳操,是一种什么样的体验?

刘畊宏:这里的空气和阳光都太好了,所以,当我们在选择2023年户外跳操的首站时,就决定来云南昆明。尽管昆明的海拔有点高,但无论是我们团队的小伙伴,还是来自全国的跟跳团成员,都感受到了春天的气息和活力。的确,在这里跳操,有一种幸福感。

春城晚报:从2019年开始,刘教练就和云南及古滇结下不解之缘,同时把“文旅+健身”做了跨界融合。再次来到云南,将带来怎样的健身理念?

刘畊宏:我们一直在坚持把全民健身的理念传播给每一个人,希望他们在我的直播间跟着我们运动的同时,能感受到运动带来的快乐。今年,我们的目标又多了一个,就是来到线下,通过在不同城市开展户外跳操的直播活动,把运动体验和健康交流更好地进行融合和传播。线上跟着我们跳操的女孩、男孩会跟着来到线下跳操地,通过运动认识新的朋友,这样的交互式场景是我们愿意做的,也是我们开展户外跳操的初衷,真正把运动融入我们的日常生活中。

春城晚报:今天你要和“孔雀公主”杨丽萍老师梦幻联动,有什么期待?

刘畊宏:昨天和杨丽萍老师一起去喂海鸥,我就请教她怎么跳孔雀舞。我很期待能把有着云南民族元素的舞蹈与健身操进行融合,这次我们也准备了一套模仿动物的健身操,希望杨老师能给我们一些专业的建议。

本报记者 晋娜 文 周明佳 摄

把直播间搬到云南

早在2022年5月,刘畊宏王婉霏夫妇就透露想在春暖花开的日子里,以户外跳操的形式和广大朋友见面,开启新年新气象。无处不飞花的优美环境、四季如春的优越气候、多姿多彩的民族风情,深深吸引了刘畊宏夫妇。在春暖花开的日子里,他们最终选择了在世界春城、国际康养之都昆明,开启兔年首场户外跳操。

早在2019年,刘畊宏就与彩云之南结下不解之缘。东方卫视健康生活类热门综艺《人生加减法》全程在七彩云南古滇名城度假区录制,作为节目总教练,刘畊宏对昆明宜居宜旅的良好气候、优美环境印象深刻。此次,在春风和煦的南滇池之滨,刘畊宏团队与古滇名城度假区联手,为广大热爱户外运动、热爱健康生活方式的人们,奉上一场意义非凡的“文旅+健

身”户外直播,将七彩云南的美好健康生活方式传递给更多人,助力谱写2023文旅复苏新篇章。

和杨丽萍梦幻联动

2月9日晚,滇池畔,晚霞渐浓,七彩云南欢乐世界愈发热闹。随着《鼓动新春》歌舞的热闹开场,游客们热情高涨,纷纷围观。当熟悉的《本草纲目》音乐响起,八方游客在刘畊宏夫妇的带领下,用一场畅快淋漓的有氧健身操,开启兔年健康美好生活新气象。

当晚,刘畊宏带领大家在户外激情跳操,运动氛围十分浓厚。著名舞蹈艺术家杨丽萍现身现场,更是将活动氛围推至高潮。现场,刘教练和“孔雀公主”进行了梦幻联动。刘畊宏特意准备了一套模仿动物的健身操进行展示,杨丽萍认真点评,表示动物健身操和孔雀舞有着异曲同工之处。

据悉,2月14日,刘畊宏夫妇还将在七彩云南古滇名城度假区直播互动,继续助力云南旅游加速发展,欢迎大家届时到此“偶遇”刘教练。

“刘畊宏男孩女孩” 从各地奔赴云南

首场线下户外跳操直播,让全国各地的“刘畊宏男孩女孩”们奔赴云南,在2023年年初开启一场说走就走的运动之旅。他们很多是第一次来云南,有的不远千里从哈尔滨来到云南,还带着自己的妈妈一起从直播间跟跳到彩云之南;有的多次减肥失败后,意外成为“刘畊宏女孩”,坚持跟跳117场,减重13公斤;有的是在首尔上学的中国留学生,和室友一起租地下室,每天准时和刘教练一起跳操……我们看到了每一位通过刘畊宏直播间爱上运动的男孩、女孩,他们有一个共性——坚持。



刘畊宏夫妇与运动爱好者们留影