

# 易静激将老公： 21天都坚持不了 怎能成大事

## 欧阳增军担心浪费名额



“我要好好把握这21天，养成科学健身的好习惯。其实我老公更需要体育锻炼，可是现在他还没下决心。要不你们帮我劝劝他吧。”5月29日，在三湘华声“挑战21天”第二季的报名表上，出现了一对夫妻的名字，39岁的全职妈妈易静告诉记者，是她“自作主张”给老公欧阳增军报了名，不过现在还没有完全说服对方。

“我算得上是个运动爱好者吧。”易静说道：“我平时经常参加一些户外运动，还在健身房办了卡，每天接送孩子也是骑自行车。不过我觉得自己虽然有健身的意识，但可能是方法还不到位，觉得效果并不明显。这一次，我特别想跟教练学习一下怎样锻炼腰腹力量。”

说起给自己老公报名的原因，易静表示：“他有点胖，特别是肚子，是不是男人到了这个

年纪都这样啊？加上长期开车和伏案工作，有腰椎间盘突出，我觉得他更需要锻炼。”易静表示，虽然给老公报了名，但“他还不一定能来呢。”

欧阳增军自己开公司，作息时间很不规律，这正是他犹豫不决的原因，“我就是担心，要是工作上的事情太忙，中午有应酬走不开怎么办？”对此，易静使出了激将法：“你现在有自己的事业，但如果连短短21天的体育锻炼都坚持不了，又怎么能成大事呢？”

记者也帮忙劝说欧阳增军：“每个参与者都可能因为工作等原因耽误训练，如果是一次两次，也许情有可原，如果总是这样，那就是借口了。”

欧阳增军接受了记者的建议，但他最终还是表示要花几天时间再考虑考虑，“先看工作能不能事先安排好，如果因为我自己的原因浪费了这个名额，那样也不好。”

■记者 陈普庄

### 小贴士

活动介绍：招募300名18岁-55岁的上班族，分布到10家健身俱乐部进行21天持续锻炼。

活动时间：6月13日-7月3日。

报名方式：①热线电话：0731-96258、0731-84329424；②加入挑战21天QQ群101685742；③新浪微博私信三湘都市报周末或三湘好玩俱乐部官方微博；④在长沙市指定的十所健身俱乐部现场报名；⑤登录星城新动力网(<http://www.xingdl.com>)报名。

## “羽林争霸”邵阳站结束 教父级花甲老将不好惹

5月26日，“羽林争霸”2013红牛城市羽毛球赛湖南赛区邵阳站的比赛在邵阳亦飞羽毛球馆火热开拍。31支队伍、近300名业余羽林精英报名参加了2013红牛“羽林争霸”邵阳站的比赛，经过两天的激烈争夺，最终邵阳市羽毛球俱乐部一队、湘运俱乐部一队获得冠、亚军，他们将代表邵阳市参加6月15日、16日湖南赛区决赛，与其他七站的优胜队伍进行巅峰对决，共同争夺大区赛（东区）的晋级资格。如今，只有娄底站的赛事还未开始。

值得一提的是，年近花甲的邵阳业余羽毛球“教父”——颜建国，也参加了今年的赛事，并成为让对手最头疼的对手。手握球拍40余载的颜老师是湖湘大地很多业余羽毛球高手的恩师，在长沙、衡阳、邵阳都不乏受其指点的精英；此役，颜老师携爱徒参加男双比赛，体力受限的颜老师凭借过人的羽毛



选手救球。

球运动经验过关斩将，带队闯入四强。

除了长沙、株洲、湘潭、衡阳、郴州、怀化、邵阳七个城市完成比赛，最后一站娄底城市赛将于6月1日、2日在娄底市体育中心举行。

■记者 潘梁平

## 96:87战胜升班马 柏宁夺赛季首胜

5月29日，2013NBL联赛迎来第二轮的鏖战，湖南柏宁长沙银行队继续坐镇林科大主场，迎接升班马江西鑫业的挑战，最终湖南长沙银行队以96:87战胜对手，赢得赛季首胜。

外援阿姆斯特朗又有上佳表现，拿下全场最高的32分，还有15个篮板入账，但最让球迷热血沸腾的是他劈头盖脸赏给对手的6记火锅。

■记者 潘梁平

## “摩登电竞” 摘得CF省赛桂冠

电子竞技赛事“《CF穿越火线》百城常规赛”湖南赛区日前尘埃落定。其中，来自长沙的“摩登电竞”击败各路健儿，勇夺本届赛事省赛盟主地位，男女混合赛项目中“Powerful”战队摘得桂冠为自己争取到一张区域赛的人场券。

■记者 陈普庄

NBA季后赛·英雄无惧

## 热火被裁判吹灭 步行者将总比分扳成2:2

北京时间5月29日，NBA东部决赛第四场，热火在客场以92:99被步行者击败，詹姆斯在热火追分的关键时刻，接连吃到NBA金哨子克劳福德的争议判罚，最终六犯离场，这是他NBA季后赛生涯第二次六犯离场。巧合的是，上一次正是去年NBA季后赛东部决赛第四场，主裁同样是克劳福德。老爷子又把热火“吹”灭了。

克劳福德并不是针对詹姆斯或者热火，在詹姆斯被罚下后，最后37秒又出现了两次争议性的判罚，乔治的传球碰到了雷·阿伦后弹出界外，但他却判步行者失误；韦德26.9秒时运球进攻被吹走步，但这个判罚同样牵强。赛后，杜兰特第一时间出来吐槽：“这场东区决赛的裁判执法工作真的是太糟糕了。”

■记者 潘梁平

当日最佳

### 希伯特完爆热火内线

16投10中，攻下23分12个篮板的希伯特，成为步行者获胜的最大功臣。他成功限制热火内线、完爆波什，我们又再一次见识到了传统中锋的威力。

■记者 潘梁平

季后赛战报(5月29日)  
(2)热火92:99步行者(2)  
(括号内为大比分)  
直播预告(5月31日)  
8:30 热火VS步行者 NBA东部决赛第5场  
CCTV5



湖南师大拉拉队夺冠。

## 大学生五人制足球联赛南大区赛落幕 湖南师大夺拉拉队冠军

5月28日晚，2013年特步中国大学生五人制足球联赛南大区赛在湖南师范大学体育学院落幕，湖南省体育局副局长熊倪出席了颁奖仪式。初次打进南大区赛的长沙理工大学队表现不错，虽然因为缺乏经验而输掉了前两场比赛，但随后取得了三连胜，在全部的5场比赛中取得3胜2负的成绩。遗憾的是，这个成绩不足以让他们

进入前三名，最终湖北大学、北京体育大学分获冠亚军。

在同时结束的特步中国大学生足球拉拉队南大区选拔赛也圆满结束，湖南师范大学拉拉队立功了。他们在决赛中凭借新颖独特的造型、独具匠心的流畅编排、青春张杨的感染力赢得了观众与裁判的青睐，脱颖而出赢得本次南大区赛的冠军。

■记者 刘涛