

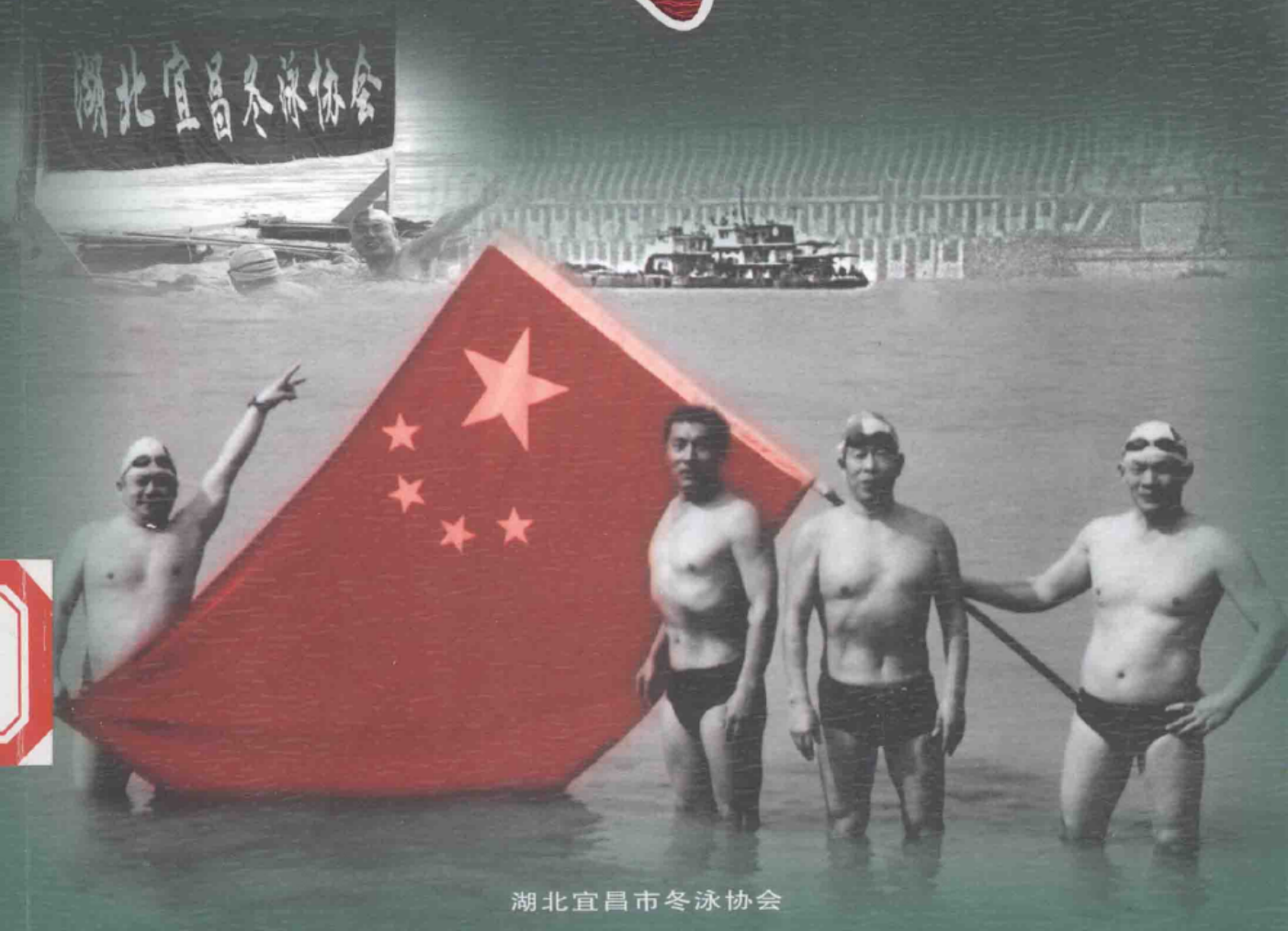
YI CHANG WINTER SWIMMING 20

1986~2006
YI CHANG WINTER SWIMMING

宜昌

冬泳

20年



湖北宜昌市冬泳协会

1986~2006

YI CHANG WINTER SWIMMING

宜昌

冬泳
20年

宜昌冬泳二十年

策 划：蒋盛和

主 编：周智坚

副主编：叶智安 李旭钢 覃 勇

编 委：杜 军 孙仁义 杨自力

陈遵民 屈家云 郭 强

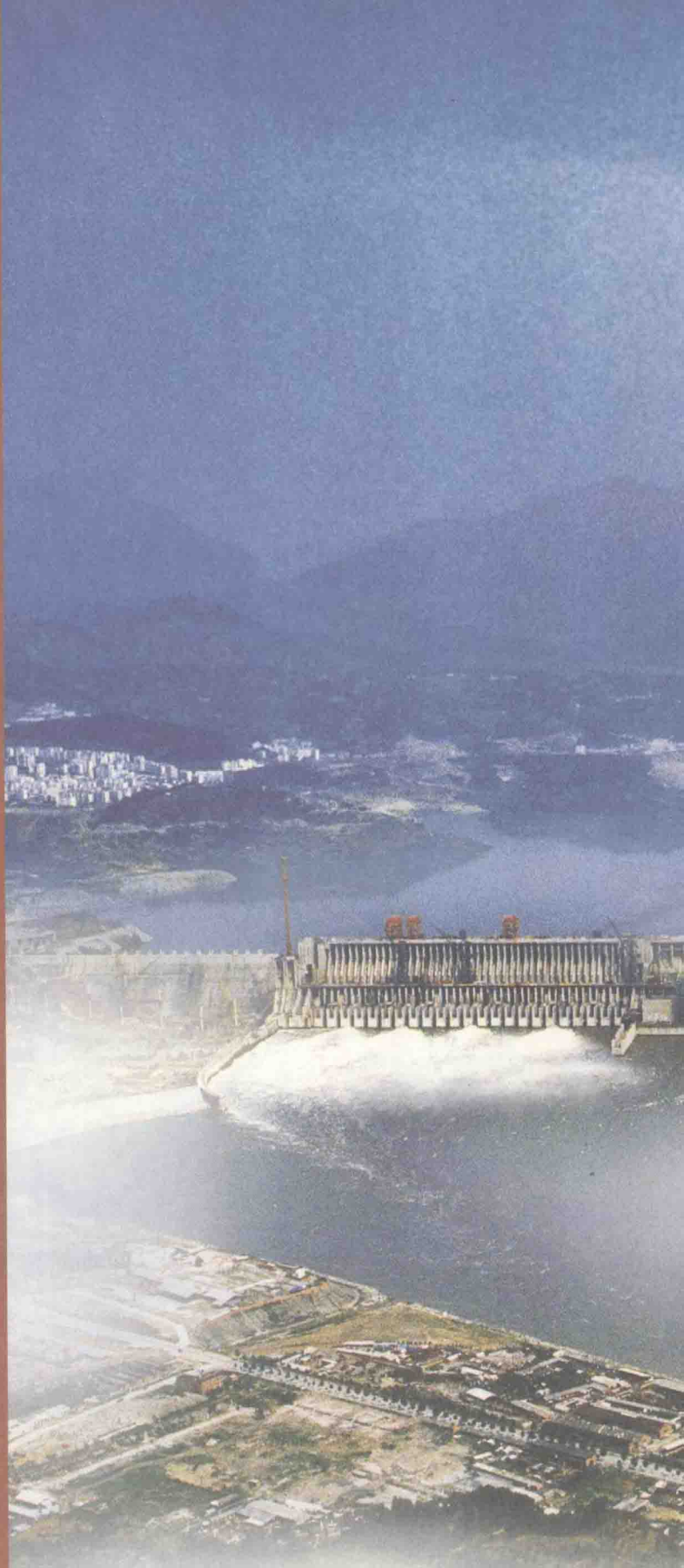
曹诗平

顾 问：柳定祥 胡世全 黄长柏

危有宽

封面设计：唐 阳

印刷 宜昌市黑马彩印有限责任公司





三峡工程在宜昌



目 录

前言	01/02
----	-------

宜昌市冬泳协会成立二十周年庆典	03
-----------------	----

鼓励祝贺篇	04/13
-------	-------

冬渡长江篇 感谢天地 感谢母亲河	14/22
------------------	-------

冬泳晚会篇	23/26
-------	-------

第一章 冬泳历程

大江精神 冬泳之魂	宜昌市冬泳协会第四届委员会 29
-----------	------------------

宜昌冬泳二十年大事记	宜昌市冬泳协会第四届委员会 34
------------	------------------

第二章 冬泳组织

宜昌市冬泳协会初建及首届冬渡长江	黄长柏 77
------------------	--------

争创和谐组织 提高泳友素质	李旭钢 79
---------------	--------

踏波逐浪涌潮头 继往开来续新篇	章 勇 81
-----------------	--------

加强协会财务管理 促进冬泳健康发展	张金华 83
-------------------	--------

宜昌市冬泳协会章程	编 委 84
-----------	--------

宜昌市冬泳协会历届组织机构	编 委 88
---------------	--------

第三章 冬泳赛事

历经十年努力 载入百年史册	蒋盛和	91
龙舟正过万重山	周智坚	97
隆冬碧池腾蛟龙	屈家云	105
冬泳健儿 逐鹿泳池	危有宽	106
冬渡长江活动举办工作程序	宜昌市冬泳协会第四届委员会	107

第四章 冬泳天地

国家领导话冬泳	《全国冬泳通讯》	111
三峡冬泳与三峡大坝一起成长	杨自力	112
冬泳给我们带来什么	刘学良	118
冬泳佳话	《宜昌日报》	120
我市活跃着一支古稀冬泳队	《宜昌日报》	122
一次最自豪的冬泳	华 勇	123
冬泳人的情操	童显模	125
我爱冬泳	袁道善	127
陈正文和他的不老人生	《宜昌商报》	129
冬泳随笔	吴 涛	131



第五章 冬泳文化

亲近长江 亲近冬泳	胡世全	133
冬泳絮语	孙仁义	136
宜昌冬泳文化一瞥	蒋盛和 等	139
水载祝福 情满大江	蒋盛和	140

第六章 冬泳交流

与水相连的感悟	叶智安	143
身残志坚 谱写光辉篇章	陈正文 等	145
初渡长江	覃 勇	146
快乐冬泳 享受人生	杜培建	148
乘兴游到哈尔滨	编 委	150
冬泳体验	陈继斌	151

第七章 冬泳健康

致冬泳爱好者朋友们的一封信	宜昌港区海事局	153
科学冬泳常识	编 委	154
冬泳治好了我的过敏性哮喘	侯心铨	155
游泳必须注意的五种病	编 委	155
冬泳驱走了我的顽症	吴瑞庭	156

游泳与皮肤病防治

龙 勇 157

七旬老人答记者问

《三峡冬泳特刊》 159

冬泳不良反应自解

编 委 160

第八章 冬泳赞歌

春夏秋冬江中游

张维松 163

我们冬泳在长江 诗一首

孙仁义 164

宜昌冬泳花永艳 诗一首

刘云晏 165

三峡明珠映苍穹 诗一首

李金旺 166

忆江南 二首

杨自力 167

击水寄情 诗二首

周智坚 168

宜昌冬泳者之歌 诗一首

钟国均 169

冬泳老汉歌 诗一首

陈正文 169

青山绿水称英雄 诗一首

汪淑琴 170

拍冬水渡长江 元曲

陈 刚 170

大江冬渡 诗一首

陈建军 171

后 记

172



宜昌市冬泳协会
成立二十周年庆典

前言

宜昌市人民政府原秘书长 柳定祥
宜昌市冬泳协会会员

朋友，如果你到过宜昌，到过清晨的镇江阁，从镇江阁眺望过不舍昼夜，滚滚东去的长江，就一定会看到一个令人震撼的场面；一群年龄各异、性别不同的游泳爱好者，不论是早春还是盛夏，不论是晚秋还是严冬，不论是风华正茂的青年还是白发皤然的长者，他们天天坚持，终年不辍，成为宜昌江段一道靓丽的风景线。这就是闻名遐迩的宜昌冬泳活动，这就是生气勃勃的宜昌冬泳人。从1986到2006年，宜昌冬泳人的队伍历经风雨，日渐壮大。在他们走过20年的征程的时候，他们用生动的诗文、翔实的资料和栩栩如生的图片汇编了这本书——《宜昌冬泳二十年》。

《宜昌冬泳二十年》讲述了宜昌冬泳二十年的故事。

宜昌冬泳是一幅画。

在长江三峡的西陵峡口，在三峡大坝下游的宜昌江段，在早年大江、二江、三江并流的汇合处，宜昌冬泳人，中流击水，浪花飞溅，前呼后应，此起彼伏，好一幅壮阔的大江健身图。一年一度的冬渡长江是这幅画亮点。而宜昌冬泳协会的初建及首届冬渡长江的成功，宜昌“全国首届冬季横渡长江邀请赛”的成功举办，宜昌冬泳协会连续四届成功承担“中国宜昌国际龙舟拉力赛”水上安全救护工作，更是这幅画中的绚丽笔墨。这画图洋溢着生命的活力，体现了群体活动的生命力，也蕴含着人与自然特别是人与水的和谐关系。

宜昌冬泳是一首诗。

常年游泳，其乐无穷；长年在长江中游泳，更是充满诗意。你看，运动员或躺于水面，



放眼蓝天，舒坦自如，确有“极目楚天舒”的感慨；或迎风逐浪，逆流而上，奋力同风浪搏击，真有“不管风吹浪打”的气概；或双脚踩水，顺流而下，环顾两岸，心旷神怡，定有“胜似闲庭信步”的体味。说畅游长江充满诗意，说冬泳人满怀诗情，一点也不为过。没有畅游长江的特殊灵感，哪来诗人《水调歌头·游泳》这样的千古绝唱？

宜昌冬泳是一支歌。

冬泳是一支向困难挑战的歌。三伏天下水游泳，挑战的是风浪。三九天下水游泳，挑战的是严寒。特别是当人们围着火炉取暖的寒冬，冬泳人却在冰冷刺骨的江水中锻炼。没有坚强的毅力，没有持之以恒的决心，没有迎风斗浪的勇气，没有吃苦耐劳的精神，根本不可能成为冬泳人，更不能享受到冬泳带来的快乐。冬泳是一支挑战自我的歌。在冬泳队伍里，有的是为强身健体而来的慢性病患者，有的是年已花甲甚至年过八旬的耄耋老人。他们日日下水，天天坚持，堪称挑战自我的勇士，挑战年龄的强者。冬泳是一支和谐动听的歌。宜昌冬泳协会从当初的十余人，发展到现有登记会员500多人，并带动了不少的游泳爱好者，靠的是什么？靠的是共同的志趣，靠的是母亲河——长江所特有的，被宜昌冬泳人视为冬泳之魂的大江精神。因此，在冬泳活动中健身、联谊、成为宜昌冬泳人的共识。

20年来，在宜昌冬泳协会的组织和有力推动下，群众性冬泳活动开展得红红火火，有声有色，《宜昌冬泳二十年》这本书就是一个有力的证明。而今，在北京奥运会将要举办的激励下，在20年活动的基础上，宜昌冬泳这朵群体活动的奇葩，必将开得更加艳丽夺目。





宜昌市冬泳协会
成立二十周年庆典

宜昌市冬泳协会 成立二十周年庆典

鼓励祝贺篇





宜昌市冬泳协会
成立二十周年庆典

发展冬泳运动
强健人民体魄

张永红

2008.9.18

宜昌市副市长张永红题词

健康快樂冬泳
构建和谐宜昌

李泉

二〇〇六年十月

宜昌市政协主席李泉题词



宜昌市冬泳协会
成立二十周年庆典

强健中华民族
俾世

祝贺宜昌市冬泳协会
成立二十周年
王浚山书

宜昌市政府副秘书长王浚山题词

开展冬泳活动
促进全民健身

宜昌市冬泳协会成立十五周年！

贾庆生

宜昌市副市长贾庆生题词



宜昌市冬泳协会
成立二十周年庆典

祝贺宜昌市冬泳协会成立二十周年

来电来信的兄弟协会

北京冬泳俱乐部
重庆冬泳协会
哈尔滨冬泳协会
武汉冬泳协会
苏州冬泳协会
德州冬泳协会
广州冬泳协会
天津冬泳协会
宜春冬泳协会
万州冬泳协会

杭州冬泳协会
温州冬泳协会
昆明冬泳协会
青岛冬泳协会
开封冬泳协会
桂林冬泳协会
新疆冬泳协会
合肥冬泳协会
丰城冬泳协会
成都冬泳协会

(按收到来电来信时间排序)

