

功夫郑州 奇遇记 系列报道

从“少林”到“八极”，不停息的功夫梦

本报记者 汪永森 实习生 牛芳颖 文/图

3月8日，郑州丰产路。启武源搏击馆的训练垫上，41岁的教练徐富强收势站定，额头微微见汗。他刚打完一套八极拳，自我点评道：“我这八极，还是带着‘少林味儿’。”

30年功夫“追梦之旅”

1996年，11岁的徐富强，对着自制的简陋沙袋挥出了第一拳。两年后，他被送入嵩山少林鹅坡武校，拜在梁以全宗师门下，打下了坚实的少林功夫底子。



徐富强在打八极拳

教10余年，他带出的四届学员成绩斐然，部分学生如今仍是学校主力教练。2012年，徐富强下山创办搏击馆，将散打的实战理念传递给更多人。

“少林味”的八极拳探索

八极拳是非遗项目，属于中国传统武术，以“崩撼突击”著称，讲究“贴身短打”，动作节奏分明，有松有紧。这与徐富强练习了

30年的少林拳——那种大开大合、周身一家的发力方式，几乎是两个路子。“现在打出来，难免还有少林拳的影子。”徐富强不避讳自己的“半路出家”，甚至把这当作一种有趣的探索。

《一代宗师》让一线天的八极巷战成为影史经典，也让很多年轻人认识到八极拳不是特效，是可学可练的真功夫。在郑州，这种来自河北沧州、在河南月山扎根的拳种，

正悄然流行。登封的武校、市区的武馆，越来越多地开设了八极拳课程。

从少儿启蒙到成人实战，银幕上张震那刚猛的“顶心肘”，正变成普通人可以触摸的日常。徐富强的练习，不是为了成为“一代宗师”，更像是一种自我对话。

不停息的“功夫奇遇记”

“练武的初衷，是不想受欺负；练了散打，想在社会上独当一面；现在学八极，是要追寻新的梦想。”徐富强说，学无止境，自己对武道的追求也从未停息。

开设搏击馆10多年，徐富强秉持初心，勤练传统武术和散打技法，不断点燃孩子和成人学武热情与积极性。他的学员里，有想强身健体的老板，有想缓解压力的医护人员。

在徐富强看来，武术的价值不在于门派高低，而在于能否真正“强健体魄，体验不同”。他带领着一个又一个喜爱武术搏击的人，不断演绎着全新的“武者励志故事”。

从嵩山脚下的少林弟子到城市拳馆的散打教练，再到如今苦练八极的“中年学徒”，徐富强的每一步都踩在时代与个人兴趣的交汇点上。他的“奇遇记”，不是飞檐走壁的传奇，而是用30年时间，在少林、散打与八极之间，走出了一条属于自己的功夫之路。

女足亚洲杯八强出炉

中国队将对阵中国台北队

据新华社悉尼3月10日电 2026年女足亚洲杯10日结束小组赛争夺，中国台北队在C组最后一轮比赛中以3:1战胜印度队，位列小组第二，将在14日的八强赛中对阵中国队。

C组另一场比赛当日在珀斯进行，日本队以4:0击败越南队，以三连胜获得本组第一。越南队名列小组第三，与另外两个小组的第三名球队同积3分，但因净胜球劣势无缘晋级。

至此，本届女足亚洲杯八强全部产生。根据对阵表，上半区为澳大利亚队对阵朝鲜队，中国队对阵中国台北队，比赛地点在珀斯；下半区为韩国队对阵乌兹别克斯坦队，日本队对阵菲律宾队，比赛地点在悉尼。

根据规则，闯入半决赛的四支球队直接获得2027年巴西女足世界杯入场券；在八强赛中失利的四支球队将进行附加赛，争夺另外两个世界杯席位。

河南足球俱乐部新赛季年卡开售

本报讯(记者 刘超峰)3月10日，记者从河南足球俱乐部获悉，距离新赛季首个主场已经越来越近，河南足球俱乐部日前正式发布了2026新赛季年卡开售公告。

根据公告说明，本赛季的年卡销售渠道主要有协会球迷年卡及赤心会员卡以及社会年卡，其中社会年卡价格分为5个等级。据了解，此公告一出，不少球迷已经开始申购，由于首场击败卫冕冠军的“刺激”，球迷购买踊跃程度相当积极。

本次社会球迷年卡共分5档，从1200元的常规区域，到2500元的贵宾席位，梯度清晰、选择多元。价格分别为1200元(A4区)、1500元(A2区)、1800元(A4区亲子)、2250元(A2区亲子)、2500元(贵宾区)。社会球迷年卡覆盖普通看台到贵宾区域，俱乐部同时为家庭球迷设置亲子年卡，满足不同球迷的观赛需求，让更多人可以以家庭为单位走进球场，陪伴河南队走完整个赛季。

和往年相比，今年的年卡政策更注重实名制与观赛秩序。严格执行身份核验、一人一卡的入场规则。

中国女篮世界杯资格赛名单公布

河南姑娘张茹入围

本报讯(记者 陈凯)3月10日，记者从河南省球类运动中心获悉，中国女篮9日正式对外公布了即将出战2026年国际篮联女篮世界杯资格赛的12名运动员名单，河南姑娘张茹榜上有名。

2026年女篮世界杯资格赛将于3月11日至17日分为4个赛区展开较量。中国女篮所在的A组将在武汉赛区进行比赛，同组的对手分别是比利时队、巴西队、南苏丹队、捷克队和马里队。其中，比利时队作为洲际冠军已直通正赛，其余球队将争夺3个晋级名额。

中国女篮征战本次女篮世界杯资格赛的12名运动员名单，分别为张曼曼、王佳琦、王思雨、杨舒予、唐子婷、张茹、罗欣楦、陈玉婕、李月汝、韩旭、陈明伶、张子宇。其中，近期从海外联赛回归的韩旭与李月汝以及极具潜力的张子宇，将构成中国女篮的内线，优势显露无遗。“老将”王思雨以及逐渐挑起大梁的杨舒予则肩负后场的重任。中国女篮目前正在经历新老交替，这次资格赛补充了很多年轻力量，这包括第一次代表中国女篮出战的张曼曼等，她们需要通过资格赛不断提升与锻炼，为之后的世界杯、亚运会等更为重要的赛事做好准备。

从东京奥运会女篮资格赛开始为广大球迷所熟悉的河南姑娘张茹，一路追随中国女篮征战东京奥运会、女篮世界杯、女篮亚洲杯、杭州亚运会、巴黎奥运会。从奥运会第五名到追平历史最佳战绩的世界杯亚军，再到亚洲杯、亚运会两度击败日本女篮重返亚洲之巅，张茹在大赛中不断成长，综合实力持续“升级”，她的稳定表现已经成为中国女篮在攻防两端不可或缺的重要一员。

为备战2026年女篮世界杯资格赛，中国女篮自1月4日起开始集训选拔，并于本月与巴西队、捷克队进行了3场热身赛，取得全胜。

中国足协青少年足球锦标赛男足U18组

河南队迎首胜

本报讯(记者 刘超峰)3月10日，记者从省球类运动中心获悉，2026年中国足协青少年足球锦标赛男足U18组第一阶段暨全国青少年三大球运动会男足U18资格赛第一阶段的比赛在广西北海继续进行，由河南本土名帅门文峰执教的河南U18男足凭借高中锋俊皓的金子般进球，最终以1:0惊险击败陕西队，赢得了本阶段的首场胜利。

首轮比赛，河南队遗憾落败。本场比赛对于双方来说至关重要，比赛开始后，陕西队频频发动进攻，均被河南队守门员秦子牛神勇化解。顶过上半场后，河南队逐步掌控了局势。第70分钟，河南队进攻终于收获成果，郭俊皓在禁区前沿得球后劲射破门，帮助队伍取得领先并将胜势保持到终场。这是这位身高近两米的高中锋在本次比赛打入的第三个进球，他也包揽了河南队的全部进球。

今年的三大球运动会男足项目U18组，以中国足协青少年足球锦标赛为资格赛，分为两个阶段进行。第一阶段共有32支队伍参赛，分为种子组和晋级组，分别在广西北海和海南海口两个赛区进行。其中去年全运会的前12名作为种子队分为2个小组进行单循环，依据最终排名来确定第二阶段的档位；其余20支队伍中将产生12支队伍，和12支种子队一起参加将于4月初开始的第二阶段争冠组比赛，争冠组的前15名和东道主重庆队一起获得参加11月份的三大球运动会决赛阶段比赛的资格。

2026年全国射箭冠军赛收官

我省选手射落4金2银2铜

本报讯(记者 陈凯)3月10日，记者从河南省射击射箭运动中心获悉，在3月9日于海南文昌高隆湾射箭基地落幕的2026年全国射箭冠军赛上，河南选手史靖宇、马舒佳发挥出色，两人搭档勇夺复合弓混合团体金牌。另外，这对河南组合还获得了混合团体第二淘汰轮冠军。史靖宇还与队友薛征、铁培熙合作拿下复合弓男子团体第一淘汰轮以及男子个人第二淘汰轮两项冠军。

2026年全国射箭冠军赛由国家体育总局射击射箭运动管理中心、中国射箭协会等主办，比赛设有男子、女子组反曲弓70米和复合弓50米两个大项，并均设置个人赛、团体赛、混合团体赛等小项，包括排名赛、淘汰赛、名次决赛等项次。共有来自全国29支代表队的520名领队、教练员、运动员以及工作人员参加本次比赛。

全国射箭冠军赛是全国射箭三大大赛之一，本次比赛设立复合弓项目也是该项目时隔4年重返全国射箭三大赛场。复合弓混合团体是洛杉矶奥运会新增小项，在奥运备战的大背景下，复合弓项目赛事再次进入全国射箭三大赛更具深远意义，旨在推动复合弓项目国内竞赛体系与国际大赛全面接轨。与反曲弓项目采用的局胜制不同，复合弓项目是累计环值判定输赢。

除了射落4枚金牌外，河南选手铁培熙、马舒佳分获复合弓男子个人最终淘汰轮、女子个人最终淘汰轮的银牌，史靖宇还获得复合弓男子个人最终淘汰轮的铜牌、马舒佳还获得了女子个人第二淘汰轮的铜牌。另外，马舒佳、吕维维、高畅崎组成的河南队还以2095环创造了新的复合弓女子团体排名赛全国纪录。



马舒佳(左)、史靖宇在比赛后合影 河南省射击射箭运动中心供图

用辛勤劳动 唱响我们的时代主旋律



在 希 望 的 田 野 上

中宣部宣教局 中国文明网

公益广告