

河南格瑞广告

豫印广登字第05(074)号

承办单位：河南省格瑞广告策划有限公司

2006年5月
第3期

武林风

总第5期

专属渠道 直邮直投

WULINFENG

浅论对抗性竞技体育中的法律责任

以文化的眼光看武术

琴音夺命

丹心一片猎长风

在“武林风”的安全模式下赢利

2006武林风国际俱乐部全国联赛擂响战鼓

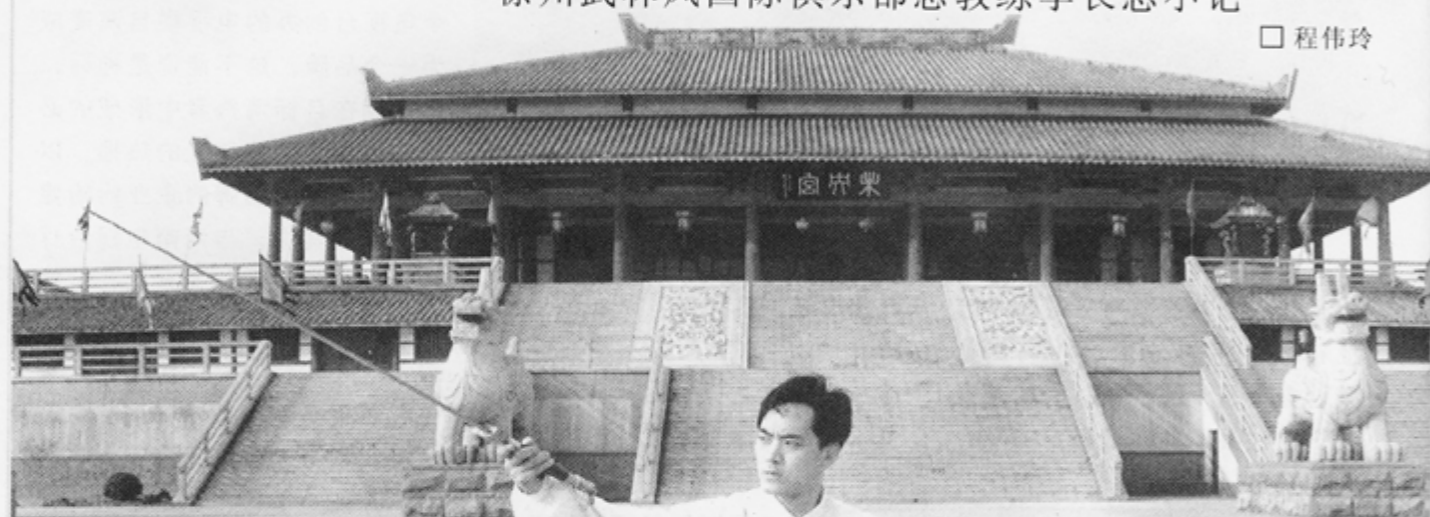
实名
投放

- 全国各大武术院校 道馆
- 全国各地武术团体 协会
- 河南知名运动健身中心
- 全国武林风俱乐部 会员
- 全国各地武术爱好者
- 河南知名休闲娱乐中心

丹心一片猎长风

——徐州武林风国际俱乐部总教练李长忠小记

□程伟玲



“鼓敲炮爆，漫天风日挽，寒冬
趋了。太极云手街市处，欢聚人开心
笑。腾动多形，掣声带韵，辗转清晖
耀。古彭如画，近郊远山列俏。

吾辈推手当歌，高朋满室，壮志
腾云渺。起舞逍遥身是客，怎问情谊
真照。便欲乘风，碧霄直上，求索乾
坤妙。义侠高节，柔肠心耐施教。”

这首《念奴娇》词写于2004年春节，描绘了李长忠及他的太极拳义务培训班的事。那时，笔者为健身养生一直想学学太极拳，无意中看到报载消息，李长忠将在春节期间举办一个太极拳义务培训班，于是立马报名，见到了我市赫赫有名的武林人物李长忠，并成了他的一个学生。

我们那个班30多人，最老的75岁，最小的18岁。渐渐地，大

家都成了李长忠的发烧友，在现在就叫“李粉丝”（“粉丝”为英语fans的谐音，意为崇拜者）。其实“李粉丝”何止我们一个班啊！这些人之所以敬仰他，是因为在这金钱观念日重的时候，他一次次在节假日和寒暑假中开办了一期又一期免费的义务培训班；是因为他教授的始终如一的耐心认真周到；是因为他为社会输送了一批批体育专业人才，为普通市民的健身也做出了

自己的贡献；是因为他高超过人的功夫——要知道他可是一个对摔跤、拳击、散打、太极、跆拳道都有涉猎，并且多次在省级、国家级、国际级比赛中获过奖的人。

推广跆拳道 徐州跆拳道的开创者和领头人

一晃2年过去，李长忠仍是那样精神、年轻。这位英姿勃勃的老师，刚刚在二月份经考核被世界职业跆拳道联盟授予五段段

位。这一段位目前在国内为数也不多，考核相当严格，比如，此段位有一个基本技术的考核就是，将每个5毫米厚的共5块叠在一起的木板，一掌要予以击断。没有真功夫，段位是得不到的。

说起来，李长忠正是徐州跆拳道的开创者和领头人。跆拳道是在被列入夏季奥运会项目以后，开始在我国推广的。1998年江苏省组建跆拳道队，时年23岁的李长忠有幸入选，并因德才兼备的素质，当选为队长。在那里，他得到了包括韩国教练在内的跆拳道高手们的严格训练。1999年他从省队退役，回到家乡徐州从事跆拳道的推广工作，跆拳道由此踏进徐州的大门。李长忠从那时起一直担任徐州市跆拳道队的主教练，并于2002年创办长忠跆拳道搏击俱乐部，目前俱乐部已经有了4个分部。几年来，通过训练，已经有90多人通过考级被授予蓝带等道衔；有20多人被送进省级以上体育单位或高等院校；江苏省跆拳道队里，有三分之二的队员是徐州人，其中好多人受过他的指导。而他个人，在跆拳道不多的比赛中，还是于2000年获得了“苏鲁豫皖”四省跆拳道邀请赛75公斤级金牌的殊荣。

由于李长忠的勉励推广、德行感召，长忠跆拳道搏击俱乐部目前在徐州可是无人不知无人不

晓，跆拳道也逐渐为广大市民所了解和喜爱。从四五岁的少儿，到四十多岁的中年人，加上练太极的人员（年长的可达70多岁），每天到长忠俱乐部练功的社会各阶层人员达200多人。在正规训练时间，只见3处训练场，在教练员们的统一指挥和教授下，身着统一白色练功服的百余名训练者呼喊统一的口号，或踢或劈或摆或旋，一派生龙活虎的景象。李长忠亲自指导高级训练队，汗水噼啪地喊着口令、手把手矫正动作，乃至辅助压腿劈叉。



观看跆拳道训练的很多人，不禁产生了跃跃欲试之感，一些孩子的家长也提出了各种咨询问题。其中有一位家长问工作人员：“我的孩子太内向，练跆拳道怎么样？”工作人员诚恳地介

绍道，即使那些进展慢的，练跆拳道只要半年时间，孩子因为每天的正规训练，身体经络舒畅，人的个性也开朗大方了，这样的例子已经有好几例。

所谓跆拳道，实际上是一种看上去刚如猛虎，却又因为规则严谨的竞技体育运动。“跆”意为像台风一样强劲跳踢的脚，“拳”，指击打的拳头，“道”指人生宇宙运行之道和做人之道。李长忠告诉笔者，跆拳道是“以礼始以礼终”，其精神是“礼义廉耻、克己忍耐、尊师重道、百折不挠”16个字。他认

为，跆拳道不仅让人通过训练，有钢手铜脚、敏捷搏击的体质、体能，还达到了精神上的修炼，使人战胜自我，克服懒惰、软弱、胆怯、自卑，形成礼仪、谦虚与坚忍不拔、自强不息、自信



的人格。他介绍，所谓“礼义”就是指：有礼让精神、不诽谤侮辱他人、谦逊而尊重他人的人格、人道主义和正义感、为人处世合乎礼仪、无论大小问题都要极公平和慎重地处理、不接受和赠与不情愿的礼物。

无怪乎习练跆拳道之风在徐州已经越来越火。

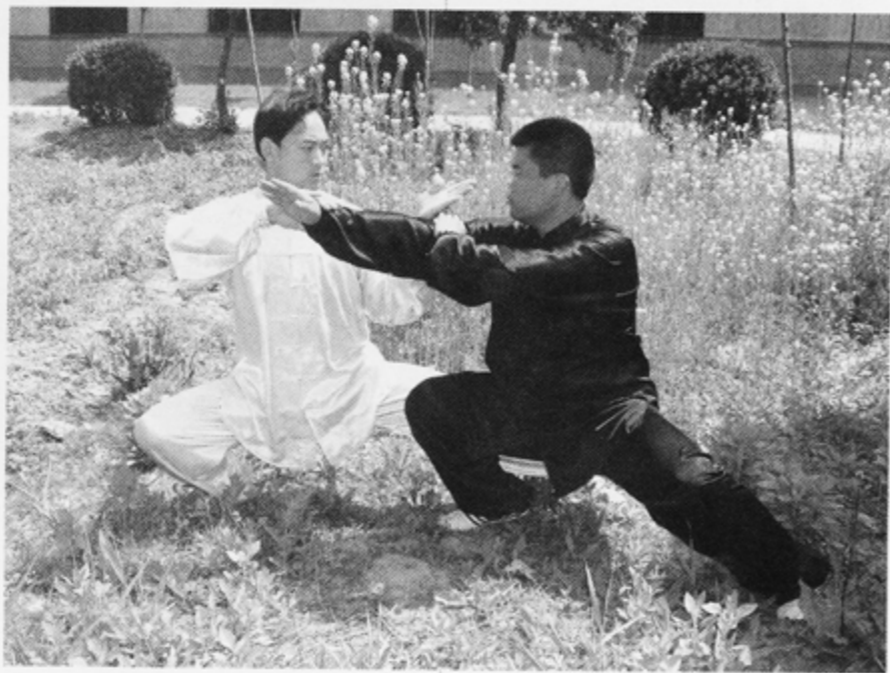
钟爱太极禅学 武林的一颗璀璨新星

李长忠的恩师之一、太极五行桩功的创始人吕方军这样评价自己的得意门生：“德行好、功夫高，二者均在人之上。”

出生于“武术之乡”徐州沛县的李长忠，从小酷爱拳把子和各种武功，甚至足球。只要听说谁有功夫，他便登门缠着去学。初中时，为了跟一位足球教得好的老师学艺，他甚至百费周折，跟着那位老师连换了两个学校。1989年上初二时，被徐州市少体校摔跤队招上门去。每天四五个小时的摔跤训练的枯燥他从不厌

倦，从不怕苦叫累，从不偷懒耍滑；1991年他获江苏省青少年摔跤比赛70公斤级第二名；1992年获江苏省自由式摔跤74公斤级第一名。1994年他从体校毕业后，又迷上了散打，同时兼学拳击。而在1995年，他与太极拳的缘分一下结出了硕果。

李长忠是从1992年初次接触太极的神奇的。当时练摔跤的他，有一次向一个柔道教练请教功夫，李长忠不管使出何种解数和力气，对该教练也无济于事，而总是被该教练频频摔倒。原来该教练的神奇功夫就是太极拳。从此，李长忠开始四处求艺学习太极拳，但直至1995年他拜太极五行桩功创始人吕方军为师才真正走进了太极世界。习练太极五行桩功3个月，他即在该年中国老年国际太极拳联谊会获得推手



75公斤级第一名的桂冠。他对太极的爱好由此一发而不可收，又多次前往河南省温县陈家沟村师从陈氏太极的传人陈庆洲先生习练太极拳。1996年，他获第三届中国陈家沟国际太极拳锦标赛推手擂台赛75公斤级第三名；1997年入选《中国武术名家名人典》，获“武术小将”称号；1998年获第四届国际太极拳锦标赛陈氏太极拳锦标赛金牌；2000年中国邯郸国际太极拳年会，获推手、散打擂台赛双项冠军；2001年中国珠海国际太极拳交流大会获得陈氏太极拳一等奖、陈氏太极剑一等奖；2002年中国武术太极拳锦标赛获太极推手80公斤以上级金牌；2004年获香港第二届武术节两枚金牌。

无疑，这些闪光的成就是靠汗水得来的。

开始学太极拳那会儿，李长忠白天培训学员一累一天，晚上则是独自一人来到公园或山上苦练站桩练功，无论严寒酷暑每天都练到深夜二三点钟；就是如今，仍然是每天6点起床站桩，8点半开始全天对学员的训练。

无疑，这些闪光的成绩并不是仅仅靠汗水所成就的。

从近的看，李长忠对太极比一般习练者有着更深的体悟，他



认为，太极拳练劲养气，可缓可快，柔中寓刚，刚中有柔，必须刚柔相济，似有似无，以便内外相合，中正意专，圆活灵动，通顺畅达。

从远的看，他认为，这也是做人的道理。

认识李长忠的人，包括他的老师，都深切地体会到了李长忠除聪明而外的善良、质朴、谦虚、大度和忍让。李长忠没有一

般武人的刚戾气，没有一般成就者的傲慢和骄矜，英俊的小伙子看上去总是文质彬彬；教授大家练功总是平易近人、真心而不保守；对待他的老师总是既尊重又关心；与人相处总是公正而不斤斤计较，进而与人为善，贡献社会。

每天结束一天的训练之后，李长忠一般在晚上要捧起书本学习。他看得最多的书，就是《心

经》、《禅的人生智慧》和《了凡四训》，高兴起来，还要念给旁边照顾孩子的爱人听。他经常告诉爱人：“功是本，悟得空”、“有嗔怪不自在，贪图名利不自在，善待他人自在”、“众善奉行诸恶莫做”“行动比语言更会说话”……

可以看出，贯穿着李长忠“武林”生涯的是儒、道、佛的文化精髓。正因为如此，他才为对“武”的热爱和追求，放弃一个公务员的铁饭碗，自己开武馆，辛勤浇灌地方的武术之花，并且还担任着徐州市跆拳道队主教练和徐州市五行桩搏击中心总

教练的职责；正因为如此的领悟，他才在教授学生们的时候，言传身教，从不忘记，让学生领悟做人之道和人生的真谛。他告诉他们，习武之人，必须内外双修，身心并练。

教练的职责；正因为如此的领悟，他才在教授学生们的时候，言传身教，从不忘记，让学生领悟做人之道和人生的真谛。他告诉他们，习武之人，必须内外双修，身心并练。

加盟武林风 成为武林界的生力军

李长忠的声名早已传播开来了，几年来，他甚至每年总要帮助俊才武术文化传播公司培训几个外国徒弟，其中就包括两次打进河南卫视《武林风》节目的德国选手安琪小姐。下个月就要有2个欧洲青年前来学习太极拳。

李长忠太忙了，如今他的俱乐部已经成为世界职业跆拳道联盟的一个支部；为了弘扬武学，他们又成为武林风国际俱乐部的甲级加盟俱乐部，正在踌躇满志准备在徐州和苏鲁豫皖掀起习武的风潮。

更重要的，用一位地方卫生部门官员的话来概括，那就是，“李长忠正在以更大的广度与深度播撒着从身体到精神的健康种子”；用地方体育部门官员的话说，“李长忠正在传递着中华传统武学的道和精髓”；用地方行政官员的话说，“李长忠为地方三个文明的建设做出了自己的贡献。”

“铁血一身铸辉煌，丹心一片猎长风”，这就是李长忠。



徐州武林风国际俱乐部

XuZhou wulinfeng international Club

新闻发布会



武林风欧洲推广人 王才发与
WKA 世界副主席 Klaus Nonnemacher

中国大地，武林风起，古彭徐州，擂台争霸。徐州武林风国际俱乐部在春暖花开之际隆重成立，新闻发布会在徐州召开！

徐州武林风国际俱乐部将立足徐州，走向世界。重塑徐州武术搏击之乡的品牌，打造徐州世界武术搏击中心的地位。

徐州武林风国际俱乐部由俊才武术文化传播公司、徐州长忠跆拳道馆和徐州贾汪克强跆拳道馆合作组成。俱乐部按照市场经济的发展规律，同国际接轨，与经济挂钩，走俱乐部制的道路，走职业化道路，推动中国武术国际化和产业化进程。

徐州武林风国际俱乐部董事长由国际武术推广人，河南电视台欧洲推广人，俊才武术文化传播公司总经理王才发担任，董事兼总理由徐州长忠跆拳道馆馆长李长忠担任，并兼任俱乐部总教练，董事兼副总经理由徐州贾汪克强跆拳道馆馆长李克强担任。

俊才武术文化传播公司2004年组织河南电视台《武林风》节目在欧洲推广，亲率世界自由搏击协会的冠军来中国挑战中国散打选手，促成2005年5月中欧武术搏击对抗赛。

俊才武术文化传播公司国内武术搏击俱乐部首个签约外国选手安琪，在徐州长忠跆拳道馆接受训练，征战河南《武林风》，并出演武侠梦工厂角色，成为第一个外国选手两度登陆《武林风》的选手。

全面启动武林风徐州赛区的赛事活动，《武林风》之《百姓擂台》海选徐州赛区将亮剑徐州，百姓擂台为广大的武术爱好者提供一个展现自我的平台，全民健身，超越自我。

赠品附件

河南电视台武林风节目

1. 武林风欧洲行
2. 武林风宣传推广光盘
3. 武林风中欧对抗赛
4. 武林风安琪武侠梦工厂

徐州电视台专题片：

1. 安琪的武侠梦（上，下）
2. 德国姑娘学散打

徐州人民广播电台

徐州《武林风》国际俱乐部昨天成立

2006-3-12 20:34:46 来源:新闻频道

昨天（12号）上午，徐州武林风国际俱乐部在我市长忠跆拳道馆揭牌成立。俱乐部按照博艺有道、娱乐无边的原则，将开展“百姓擂台”、“武林至尊”、“武侠梦工厂”三项业务。《武林风》百姓擂台海选徐州赛区的赛事活动将首先启动。【李杰】

河南卫视《武林风》国际俱乐部落户我市

2006-3-4 20:41:45 来源:新闻频道

记者李杰、李婷婷报道：记者从市体育部门了解到，武林风国际俱乐部正式落户我市长忠跆拳道俱乐部。

河南卫视《武林风》节目面向世界52个国家和地区现场直播，是亚洲最大的电视娱乐武术节目。据了解，长忠跆拳道俱乐部今后将全权负责《武林风》在徐州地区的赛事推广和选手选拔工作。选拔出来的武林高手，将参加《武林风》的“百姓擂台”和“武林至尊争霸赛”的争夺，年终的获胜者将有可能赢取百万元奖金。

