

三门峡郭强格斗健身俱乐部海来尔克

夺得蝇量级金腰带 成为河南首位“双冠王”

□本报记者 卢仙格

6月17日晚,在万众炽热目光的聚焦下,来自三门峡郭强格斗俱乐部的海来尔克降服对手,成功夺得JCK战觉城蝇量级金腰带,成为蝇量级历史上首位既赢得百万赏金又拥有金腰带的“双冠王”选手,创造新的格斗历史。



海来尔克强势斩获金腰带,开创新的历史

据了解,JCK战觉城赛事是国内综合格斗顶尖赛事。本场蝇量级金腰带卫冕战开始之前,海来尔克准备得非常充足,除了日常合理化的训练,赛前降重对于他来说,是非常关键的一环。为了达到目标体重,他需要严格控制饮食。“每天坚持摄入优质蛋白,只吃牛肉、西兰花等,这样坚持了大概一个月,体重就下来了。”回想起赛前准备阶段,海来尔克说道。

比赛当晚,海来尔克自信

满满地说会打破对手所有幻想。比赛总共分为四个回合,每一场都惊心动魄。说起这场比赛最艰难的格斗瞬间,郭强格斗俱乐部负责人郭强告诉记者,在第二回合的战斗中,对手再次展现了强大的摔跤能力,将比赛拖回地面。回合后半段,惊险一幕上演,对手抢占有利位置,裸绞成型并数次发力,海来尔克“命悬一线”,但是在对手已经完全成型的情况下,海来尔克硬是凭借惊人的意志力与柔术功底,在室内

边缘惊险挣脱。“当时心里就想着,我要打败你,不能放弃,只要有一口气在,我就要坚持下去,就这么一直扛着,扛过来了。”海来尔克说道。

在比赛最后一个回合结束前1分钟,对手抱摔进入地面,海来尔克抓住时机,精准布置锁技,最终降服对手,海来尔克强势斩获金腰带,开创新的历史,成为河南JCK史上蝇量级首位“百万赏金+金腰带”双冠王。

将带着这份荣耀,继续深耕、持续努力

海来尔克1997年出生于四川凉山美姑县马拖村,自幼对搏击有着浓厚的兴趣,尽管环境艰苦,资源有限,但这并没有阻挡他对梦想的追求。他常常模仿电视中拳击手的动作,在模仿中摸索动作技巧。随着年龄的增长,海来尔克心中的搏击梦也愈发强烈,渴望有一天能够站在真正的擂台上,展现自己的实力。

2019年,海来尔克加入三门峡郭强格斗健身俱乐部,从业余选手转为职业选手,并在2023年签约JCK战觉城。在

2024年的JCK战觉城蝇量级锦标赛上,海来尔克迎来了属于自己的辉煌时刻。面对来自全国各地的强劲对手,他以出色的表现和稳定的发挥一路过关斩将,最终以1分55秒KO实力派对手尚志法,逆境翻盘登顶冠军宝座。

在三门峡郭强格斗健身俱乐部的6年,是海来尔克职业生涯的关键阶段。无论严寒还是酷暑,他从未有过一天的懈怠,这份执着和毅力,不仅让他在地方比赛中崭露头角,更吸引了专业教练的目光,从而获

得了更为系统的训练机会。“在三门峡的这段时间,我学会了更多,也成长了很多,感谢我的教练、我的团队一直以来对我的支持。未来,我将继续前行,书写属于自己的传奇。”海来尔克坚定地说道。

谈及下一步的打算,郭强表示,海来尔克用自己的拳头为三门峡自由搏击打开了一扇门,为喜欢搏击的孩子插上了梦想的翅膀,接下来,郭强格斗俱乐部将带着这份荣誉继续深耕、持续努力,助力更多的格斗选手走上更大的舞台。

三门峡市实验小学:

传承红色基因 唱响爱国情怀

为传承红色基因,厚植家国情怀,深化未成年人思想道德建设,弘扬爱国主义精神,三门峡市实验小学举行“童心向党”红歌合唱比赛活动。

比赛当日,现场气氛热烈。随着主持人热情洋溢的开场,比赛正式拉开帷幕。此次红歌比赛的参赛曲目为校歌加自选红歌,各参赛班级依次登台,用饱满的热情和嘹亮的歌声为观众们带来了一场精彩纷呈的视听盛宴。

比赛现场,《扬起理想的风帆》《少年》等一首首歌曲激昂奏响,回荡在校园上

空,歌声中饱含着同学们对学校的感恩热爱和对祖国的深厚情谊。同学们以整齐的队列、创意的编排、饱满的激情,将音乐之美与爱国之情深度融合,演唱或激昂有力,展现出新时代少年的壮志豪情;或深情婉转,抒发着对祖国母亲的深深眷恋。舞台上,红旗挥舞、誓言铿锵;舞台下,掌声雷动、心潮澎湃。

同学们认真的态度和嘹亮的歌声,展现出新时代好少年的精神面貌,他们用真挚的情感和出色的演绎,将校歌和红歌的内涵诠释得淋漓尽致,赢得了评委和

观众们的热烈掌声。

经过激烈角逐,比赛最终评选出了各个奖项。当获奖班级上台领奖,孩子们脸上绽放出的灿烂笑容,是努力付出后的喜悦,也是对团队荣誉的珍视。

此次红歌大合唱比赛不仅是一场音乐的较量,更是一次深刻的爱国主义教育。在红歌的旋律中,同学们重温历史,感悟革命先辈的热血与担当,厚植了爱党爱国情怀。同时,也丰富了校园文化生活,增强了班级凝聚力和团队精神,为校园文化建设注入了新的活力。

孙慧

“中原粮仓” 夏播超8685万亩 “三水”协同缓解旱情

“真是一场及时雨,能节省不少浇地钱!”豫北原阳黄河滩区种粮大户李海鑫口中的及时雨,是河南6月18日迎来的一轮大范围降水,其种植的1700余亩地旱情得到缓解。

截至6月18日,“中原粮仓”河南夏播面积8685.7万亩,占预计面积的96.5%。目前,河南已播种地块大部夏玉米处于出苗至三叶期,淮南一季稻处于分蘖期,夏花生处于播种至三叶期。

今年6月以来,正值夏播季的河南部分地区受持续高温天气影响,出现不同程度旱情。为给庄稼“解渴”,种粮户只能通过持续灌溉缓解旱情。李海鑫认为,这场及时雨让种粮农民也松了一口气。

河南省气象科学研究所高级工程师胡雨婷介绍,当前该省表层土壤墒情(0—20厘米)干旱测站比例为49%,主要分布在豫北、豫西、豫中和豫东,本轮降水有望解除豫北、豫中和豫东旱情,缓和豫西旱情,对秋作物苗期生长和库塘蓄水有利,但部分低洼农田需防范渍涝风险。

除了灌溉水、及时雨,黄河水也来“解渴”。记者了解到,自6月7日以来,中国水利部黄河水利委员会已多次调度小浪底水库,加大下泄流量,17日20时起将下泄流量加大至1300立方米每秒,以保障黄河下游引黄灌区夏播夏种灌溉用水需求。据新华社