

他们经营了八年的舞厅 成为舟山国标舞爱好者的“伊甸园”

中老年舞者在这里以舞会友、锻炼身体、感受愉悦

□记者 朱蔚 整理

伊甸园舞厅在沈家门国际水产城附近，海马大厦的边上，远远望去，“伊甸园舞厅”五个大字就在建筑外墙上，非常醒目，现代感十足。走进舞厅，光线骤然暗了下来。稍微适应一会儿，可以看清偌大的舞厅，擦得锃亮的地板，干净且没有烟雾。记者到访的这个时间，早场已经结束，国标舞爱好者们依然在舞池里孜孜不倦地练习着。

徐善平夫妇俩经营这家舞厅已经8年了，每天分早、中、晚场，其中早场几乎成了国标舞专场，有很多舞者纷纷从普陀其他地方以及定海、新城等地赶来跳舞。

这次的倾诉和以往有些不同，不是一个人的讲述，而是通过舞厅经营者、国标舞爱好者、国标舞老师三位不同身份的亲历者的视角，让读者了解这家舞厅带给这些舞者的生活愉悦感与美好时光。



图为姗姗老师(右一)在指导学员

讲述者：徐善平(经营者)

许多中老年舞者 奔着早场的国标而来

来我们舞厅跳舞的以中老年人为主，从40多岁到六七十岁都有，平均年龄在50岁左右。每天早场从8点钟开始，到9点半结束，这个场次一般是跳国标的，来的大都是退休人员；中午12点50分到2点20分是下午场，以中老年人休闲为主；晚上7点开始是晚场，这一场次来跳舞的人相对偏年轻一点。

前两天来了六七十个年轻人，看年纪应该在20多岁，也是买票进来，就像包场一样，有教舞的教练，拿着话筒教跳交谊舞，算是到我们这里最年轻的客人了。

跳国标的也是一拨，很多爱好者从我们这里接触到国标以后，开始学起来，对他们来说，既是跳舞，也是健身。舞厅里有专业的老师，舞者之间也会相互切磋，看上去挺专业的，氛围很好。特别是他们穿上国标舞的专门服装后，女的舞裙漂亮，跳起来有模有样，确实好看。

来我们这里跳国标的还有普陀国标协会的，其实他们协会有场地的，但估计跳舞的氛围还是我们这里好吧。我们这里舞池大，又干净，跳国标的舞鞋踏在我拖得锃亮的地板上，跳起来也很有感觉。

每天把舞厅拖洗干净 一年365天只关门一天

舞厅开起来后，我和老伴基本就以舞厅为家了。最早舞厅也是转过来的，我们又装修过了，重新布局了灯光、音响。我们从早到晚都在这里，也把这里当家一样地打扫卫生。每天晚场结束

想着把舞池再扩大一些，跳起国标来更舒服。

讲述者：许优儿(国标舞爱好者)

喜欢来这里跳国标舞 感受到身体各方面变化

我今年53岁，在这里跳了两年国标舞，刚开始也是疫情期间没事做，就过来看看。听说这里早上舞池是不吸烟的，过来一看，果真是这样，空气好，整个舞厅也非常干净，女士只收3元钱的门票。

我住在东港，早上开车过来也要20多分钟，3元钱门票，停车要3元/小时，全都加起来，每天的开销也不低。但我觉得值得，这里的氛围非常好，有许多业余的老师，跳起来心情非常愉悦。我原先不会跳，都是跟着他们一点点学的。现在还在不断地学习，舞姿也在不断地发生变化。

自从开始跳国标舞，我确实感到受益匪浅，人也挺拔了不少，变得有气质，身材也好了，对身体的各方面都很有好处。跳国标，舞姿要优美，基本功很重要，站立的时候，腰这边是一直在发力的，所以一场跳下来，多半会跳到满头大汗。基本功练好了，才能跳出美和柔。出了一身汗，回家再洗个澡，就很舒服，精气神十足。

平时除了有事，我百分之八十的时间都会过来这里跳舞。这里夏天不热，冬天不冷，在室内又晒不到太阳，不光环境好，收费也非常合理。还可以遇上许多志同道合的舞友，大家以舞会友，也是一个不错的社交方式。

讲述者：姗姗老师(国标舞老师)

为国标专程赴京进修 回来教给舟山的学生

在跳国标舞之前，我也一直喜欢跳舞，国标跳了近三年。我爱好什么就会沉下心来去学，跳国标也是一样，我先后四次专门跑到上海和北京进修。几年下来，光是学费就花了好几万元。今年，我刚去北京完成了本年度第一次舞蹈进修，接受过北京舞蹈学院得过大奖的专业老师的指点。

因为要到这里来跳舞，我之前还跑到沈家门租房子，这样过来方便一些。喜欢到这里跳，主要因为这边的氛围好，舞厅干净，老板要求客人不吸烟，所以环境特别舒适。我在这里也带了不少学生，他们跟着我学跳国标，就算是零基础的，一年下来已经跳得很好了，单看外表，光是从气质上，也有一个巨大的转变。

我的老师说，国标类似高级瑜伽，我们每天这么跳着，确实很有感觉。不只身上的肉变得紧致了，血脂、血糖也降下来了。跳国标要靠脚蹠的力度，撑住整个人的身体，所以日复一日地跳下来，脚力也跳得好了。

跳舞让我变得年轻，你猜我多少岁？一般都会猜50多岁，其实我已经60多岁了。平时一般早上的时间空一些，可以过来跳舞、带学生，下午我要带孙子，晚上还要给儿子烧饭，一天也是蛮忙的嘞。



后，烧好热水，用湿拖布多拖几遍，每个角落都要拖到。沙发也是用热水擦拭干净，桌子、椅子，还有镜面。每一天都是这么打扫，怎么会不干净？

整个舞厅一圈打扫下来，也不早了。第二天早上5点钟，我就起床了，继续用干拖布再拖一遍。地板拖好，水烧好，时间也差不多了，要准备早场了。老伴卖票，我放音响，还有一个服务员9点左右过来。反正打扫卫生都是我自己来，不放心别人打扫，怕打扫不干净。

一天三场开起来，不同的场次，音乐都不一样。早上和午场的音乐要轻柔一些，晚上以流行音乐为主，节奏更强烈一些。这么多年舞厅开下来，我舞也是会跳的，有时散客邀请我，我也陪着他们跳两支。

我们这里365天就休个正月初一，大年三十都开着门。为大家服务嘛，来的客人不管多还是少，总是要开门的。到今年7月，原本的租期就该到了，到时再看看，如果可以续租的话，我们还

情感的流露

心灵的抚慰

听你倾诉 陪你改变

你可以拨打我们的

情感热线：

13867225000

QQ: 942157858

(请注明“我要倾诉”)

也可以发E-mail:

zswb05@zsnews.com

地址：

舟山市新城长升路30号

舟山晚报编辑部

“倾诉吧”编辑收

邮编：316021