

关注

“火出圈”的拉丁舞裁判告诉你优雅的秘诀

成都世运会体育舞蹈比赛正在城北体育馆精彩上演。舞池中央，世界顶尖舞者的步伐与音乐节拍交织成一幅幅动感画面。然而，在聚光灯之外，场边的一位裁判却意外成了社交平台上的热门人物。

1.91米的个子，背脊笔直，站姿如雕塑般挺拔。举手投足间，那股优雅从容的气质让谢尔盖·辛金斯在赛场外迅速“火出圈”。8月8日晚的拉丁舞比赛结束不久，有观众把他在场上工作的照片和视频传到网上，点赞和转发就像滚雪球一样。

“昨天晚上已经有人告诉我了。”辛金斯在9日的标准舞比赛中结束后接受新华社记者专访时笑着说，语气里满是意外，也满是感动与感激。“我只是在完成我的工作，是观众的喜爱选择了我。我很惊讶，完全没想到会有这样的热度。”

1970年出生的辛金斯来自拉脱维亚，7岁开始跳舞，先是职业舞者，后来退役转做教练与裁判。2024年无锡的亚洲体育舞蹈节，他第一次来中国执裁。成都世运会，是他的第二次中国之旅。

“我非常喜欢来中国，这里观众的热情和友好让人印象深刻。”辛金斯说，“这次世运会的组织也非常棒，我和同事们对开幕式、对场馆的一切工作都赞不绝口。”

随着辛金斯的照片和视频在网

络上持续刷屏，评论区里出现频率最高的一个词就是——“优雅”。无论是上场、退场时神情从容的样子，还是在场上评分时全神贯注的神态，哪怕是站在舞池边等待的瞬间，都被网友用这个词来形容。

至于保持优雅的秘诀，辛金斯的回答也非常直接——“很简单，把舞蹈融入生活”。

“我一生都在跳舞，好的姿态和习惯就会成为身体的一部分。保持好心态，和积极、真诚的人在一起，这会让我一直保持好的状态。”辛金斯建议道。

站在同一片裁判席上的中国裁判车遥，也注意到了这位突然成了“网红”的同行。

在她看来，辛金斯的风度不仅来自外形，更是从肢体到气质的自然流露。“他已经把舞蹈融入到整个人里了，所以他的每个动作、每个姿态，都是标准舞姿。”车遥说，这种状态并不是刻意摆出来的。

车遥是这次体育舞蹈拉丁舞和标准舞比赛中唯一的中国裁判，曾经也是一位职业的体育舞蹈选手。她

告诉记者，对于体育舞蹈裁判来说，优雅还有职业性的含义——专注、克制、尊重。专注，是在几分钟内抓住选手的动作质量和音乐契合度；克制，是在各种比赛状况下保持冷静；尊重，是对选手、对同席裁判、对整场比赛的态度。

“舞台上的优雅来自职业习惯，而生活里的优雅则可以通过长期的训练慢慢养成。体育舞蹈不仅是竞技项目，对普通人来说，它同样是一种融合艺术与运动的锻炼方式。”车遥说，她目前也是上海一所舞蹈学校的校长，长期致力于向公众推广体育舞蹈运动。

在城北体育馆的舞池边，中外裁判的理解不谋而合——不同的表达背后，是一份共识：优雅并非天生，而是日复一日地积累与沉淀。想要保持优雅？不妨先跳起来。

(文图均据新华社)



■车遥在本次世运会体育舞蹈比赛中执裁。



■8月9日，拉脱维亚裁判辛金斯在比赛中观看选手们的表现。



书香湾区 阅见世界 共享未来

Bay Area Book Festival · Discover the World · Share the Future

广告

南国书香节

2025 08/15 — 08/19
中国进出口商品交易会展馆B区

| | | | | | | |
|------------------------|---------------|----------------------|--------------------|-----------------------------------|------------------|-------------------|
| 埃文·凯尔 Evan Kail | 白茶 BAI Cha | 戴建业 DAI Jianye | 格非 Ge Fei | 韩红 HAN Hong | 康震 KANG Zhen | 李晓杰 LI XiaoJie |
| 梁晓声 LIANG Xiaosheng | 南国 | | Rodger Leeuwenhart | 罗德里克·列文哈特 Roderick Leeuwenhart | 马伯庸 MA BoYong | |
| 尼尔·帕克 Neil Packer | | | 刘同 Liu Tong | 龙安志 Laurence J. Brahm | | |
| SUN Jiayu | Jing Wong | Wendelin Van Draanen | Alessandro Ceschi | Amy Cheung | ZHENG Yongnian | Chu Teh-Yung |

*排序不分先后，按名字首字母排