



银龄踏歌秀出风采

徐州市云龙区蓝天老年大学首届模特秀精彩上演

文/本报记者 马薇妮

图/本报记者 秦媛

6月10日上午，徐州市云龙区蓝天老年大学五楼，以“各美其美，美美与共”为主题的徐州玲时尚美模首届模特秀精彩上演，欢快的音乐声与整齐的脚步声交织成独特的韵律。80余名银发学员精神抖擞、神采飞扬，自信迈步行于T台之上，用曼妙身姿与优雅步态，尽情展现新时代老年人独有的风采与魅力。

精彩走秀轮番上演

上午10时，模特秀正式开演。首先登场的是个人礼服秀与开场集体礼服秀。华服曳地，步履翩跹，学员们目光从容，将优雅气质展现得淋漓尽致。紧接着，周一班、周四班、周二班依次带来集体表演，整齐划一的台步、默契十足的配合，展现出学员们日常扎实的训练功底。周三班创意帽子主题秀精彩亮相，特色配饰搭配灵动动作，成为上半场一大亮点。

下半场节目更加丰富，各班组合秀、个人时装秀、旗袍国潮秀接连登场。在男模队伍中，身高一米八三的魏家斌身姿挺拔，格外吸睛。“我本身有走秀基础，退休后听说这里有专业模特课，便主动前来学习。”魏家斌笑着说，“在这里不仅能提升自己，还能认识一群志同道合的朋友，课余时间我也会帮新来的学员纠正姿势，大家一起进步特别开心。”

组合秀过后，个人时装走秀、旗袍国潮秀依次上演。时装飒爽利落，旗袍温婉典雅，国潮风韵与现代时尚完美交融。

作为本次模特秀的指导老师，有着“猫姐”之称的高玲全程把控现场，鼓舞士气。从事模特教学十余载的她，始终秉持“只走直线不走弯路，跟着猫姐学猫步”的教学理念。面对部分学员紧张忐忑的情绪，她在排练间隙不断安抚大家：“不要纠结技巧上的小瑕疵，能勇敢站上舞台，展现自己最美的一面，就是最了不起的高光时刻。舞台表演，开心永远是第一位的。”

从零基础入门到登台表演，不少学员实现了自我突破。68岁的孙先生坦言：“刚开始上台我特别紧张，肢体也放不开，多亏高老师一遍遍示范、耐心鼓励，现在我终于能从容走完全程。”62岁的李大姐也表示，为了练好台步节奏，自己常常利用课间反复揣摩动作要领。

近年来，很多男士也开始学习模特走秀。去年，高玲开设了男模培训班，因为大家对高老师的教学质量和时尚风格早有耳闻，所以不少人前来报名。高玲从站姿、眼神到台步节奏逐一打磨，让更多老年朋友走进模特课堂，拥抱全新的晚年生活。目前男模学员已达20人左右。



走秀现场。



身着华服，走上红毯。

银龄逐梦步履不停

如今，越来越多的老年人走出家门，打破往日单调的退休生活，积极投身各类文化、艺术与体育活动。而模特走秀兼具形体锻炼、修身养心、陶冶情操的多重价值，已然成为深受银发群体青睐的休闲选择。

“退休生活不该被固有模式束缚。我开设模特课程、筹办走秀活动，就是想让更多中老年朋友感受时尚魅力，体验舞台乐趣，在自信展示中重拾青春活力。看着一批批零基础学员褪去拘谨、舒展身姿，一步步从课堂走向舞台，我非常欣慰。”高玲说。

这场模特大秀，既是蓝天老年大学丰富老年精神文化生活、创新办学形式的生动实践，也是高玲带领的玲时尚美模团队深耕银龄美育多年的成果集中展现。从最初数名学员，到如今分班教学、学员规模不断壮大，再到打造专属秀场、开设公益课堂，团队始终坚守美育初心，用心陪伴每一位逐梦前行的学员。

“接下来，我们模特班还会持续优化课程内容，为老年朋友们搭建更多展示风采的舞台。”高玲表示，自己会坚守教学初心，继续带领大家踏出自信台步。相信这群热爱生活、心怀美好的银龄追梦人，终将以从容优雅的姿态，书写多姿多彩的银发新篇章。



签名墙上留下自己的名字。