

宁波百姓的新“福利”，刷市民卡可免费进学校锻炼

江北28所学校率先试点

喜欢到家门口的学校锻炼的宁波市民，有新“福利”了。日前，宁波智慧校园卡推出新服务，今后市民只要刷卡就能免费到学校健身，再也不用拿身份证登记了。

智慧校园卡是市民卡的一种，在学生方面体现为智慧校园卡，在市民方面则体现为宁波市民卡。

据了解，宁波智慧教育已联合宁波市

民卡公司，在智慧校园卡原有的应用上新增了市民刷卡免费进入校园健身的功能。目前，刷卡进校园健身的功能率先在江北试点，后期将逐步推广到全市。

要提醒的是，首次使用宁波智慧校园卡进学校的市民，需要带上本人身份证和宁波智慧校园卡，前往江北各学校门卫处进行实名绑定登记，之后只需刷智慧校园

卡即可进出校园。

宁波市装备电教化中心相关负责人介绍道：“已有宁波智慧校园卡或宁波市民卡的市民，可带卡和身份证前往学校登记，还没有宁波智慧校园卡的市民首次可免费到相应的学校门卫处领取。此外，市民还可以到各个市民卡办理点办理市民卡。”

江北区这个学期开始试点，今年计划

共发放智慧校园卡2万张，领完为止。现已发放智慧校园卡6000余张，进出刷卡共计22000余人次。目前，惠贞书院（小学部）、育才实验学校、江北外国语学校、洪塘中心小学等28所江北的中小学校已经面向市民开放体育设施。各学校健身场地开放时间一般为非正常上课时间，具体以学校通知公告为准。



趣味体育为生活添彩

日前，宁波江东区首届残障人士趣味体育“吉尼斯”挑战赛在东论篮球馆拉开帷幕，比赛以“点燃自强梦想，分享健身快乐”为主题，吸引了来自全区7个街道的100多名挑战者参与。比赛设置了弹子大王（夹弹子）、攻击堡垒（飞镖射击）、叠罗汉、趣味跳绳、金鸡独立等11个项目。

残障人士趣味体育“吉尼斯”挑战赛是创新形式关爱残障人士的一次新尝试。

据介绍，为增强残疾人群众体育活动的趣味性、参与性和挑战性。今年以来，江东团区委和江东区残联联合向各街道征集了首批25个挑战项目，经专业审定、完善最终编制形成了《江东区残障人士趣味体育“吉尼斯”挑战项目指导手册》。手册涵盖项目简介、活动方式与规则、道具准备、适宜参加对象等，内容详细，操作性强，是指导基层开展残疾人群众体育活动一本实用的工具书。

（江体）

美少女组团“卖萌” 广场舞跳出“奉化正茂”

□本报记者 薛原

说起广场舞，大多数人首先会想到的就是一群大妈在跳舞。而在奉化，有这么一支由“80后”、“90后”女孩组成的女子广场舞舞团“奉华正茂”，她们中有来自高中、大学的在校生，也有刚毕业的职场新人。

“奉化正茂”在当地可是小有名气，她们的广场舞风格别具一格，不仅散发着中国风与江南韵味，还跳出了青春动感与时尚范儿。来自岳林街道的“85后”姑娘程念萍是这支舞团的副队长，她告诉记者，自己爱上广场舞，除了受到母亲影响外，更多的因素来自广场舞本身的魅力：“很多人对广场舞可能有所误解，以为仅仅是大妈大婶们休闲娱乐的活动。其实广场舞的学名叫做‘排舞’，起源于美国，不仅是一项健身运动，更是有多项国际性比赛

的体育项目。”

程念萍滔滔不绝地介绍自己与广场舞的不解之缘：“我母亲在90年代初就与同事、朋友开展了广场舞健身运动，她们可以说是中国最早的一批广场舞爱好者。现在，广场舞开始大众化、普遍化，年龄覆盖面也越来越广，我们年轻一代将广场舞跳出不一样的感觉，这不仅仅是妈妈、阿姨们的‘专利’，更能让年轻的朋友们彰显活力、挥洒青春。我们在传统广场舞的基础上，发扬光大、有所创新，加入了街舞、民族舞、啦啦操等元素，融会贯通、自成一派。”程念萍最初通过网络视频学习广场舞，还向母亲请教，甚至去金钟广场“偷师”，后来舞团成熟后，聘请了广场舞专业教练，在团队默契程度、动作细节上更精益求精。

另一位舞团“骨干”严俊玲，虽然出生于1998年，但在舞团资历不浅：“别看我年纪小，但却是‘奉华正茂’的创始人之一哦。”她平时喜欢一副嘻哈打扮，锁舞、霹雳舞等舞种也样样精通，“我将街舞元素加入到广场舞里面，起到了意想不到的‘化学’作用。”严俊玲告诉记者，舞团就像一个大家庭，每个队员都像家人一样互相温暖、相亲相爱。“虽有些团员要去外地念书，但只要周末或是寒暑假有空，大家就会一起排练、一起比赛。”

这群青春靓丽的姑娘们重新定义了广场舞，不仅集体育、舞蹈、休闲、娱乐于一身，更融入了流行时尚的现代元素。正如程念萍所说，通过练习广场舞，大家得到了健康的身体和愉悦的心境，也找到了彰显正能量的精神寄托。

日前，浙江省气排球总决赛在奉化市体育馆落下帷幕。前来参加比赛的运动员享受快乐竞技之余，更对崭新的比赛场地赞不绝口。

奉化体育馆于今年三月份开始试运行，总投资2.7亿元，是一座集比赛、训练等多种功能为一体的综合性体育场馆。值得一提的是，这座设施设备建设一流的高颜值体育馆如今成为了市民健身、观赏夜景的集聚地，当地老百姓无不对这一利民措施点赞。

据介绍，新体育馆在2008年首次立项，当时的项目投资估算只有1.14亿元，建筑面积为16000平方米。2011年6月，奉化市委、市政府考虑到，新体育馆建成后将会是奉化市唯一的一座体育馆，建筑面积偏小的话不利于市民开展各项文艺体育活动。为此，将总建筑面积增加到28362平方，总投资调整到2.7亿元。场馆内设固定座位3024座，还有1338座是内置自动调节的座椅，可以自由伸缩。

体育馆馆长洪清涛告诉记者，奉化体育馆的硬件设施眼省内诸多场馆相比属于前列。比如室内篮球场，都是严格按照国家比赛场地标准建造的，主要用于承办高规格的赛事。今年5月，2016年中美篮球对抗赛（奉化站）就在新馆里举行。

据了解，体育馆外围的广场、健身步道、健身舞小广场等场地设施全天候对外开放，而场馆内的羽毛球场等目前也都免费对外开放，灯光篮球场和笼式足球场则采用低于市场价60%收取费用对外开放，费用也是用来维护场地设施的。新体育馆还有个特色就是晚上的灯光特效经过专门设计会不断呈现出新颖的灯光秀，居民来到这里可以说是健身赏玩两不误。



@奉化

本报讯 近日，中国体育彩票奉化市第十一届运动会残疾人部田径比赛在龙津实验学校田径场举行。共有来自溪口镇、大堰镇、西坞街道、江口街道等镇（街道）为组队单位的10支队伍48名运动员参加了角逐。比赛项目设有：肢体残（上、下肢残）男、女组，听力残男、女组。

（通讯员 周力）

@余姚

本报讯 近日，余姚市第十三届街道社区老年人运动会举行。共有来自全市6个街道30个社区的300多名老年运动员参加。每年一次的街道社区老年人运动会，是余姚全市性、群众性的老年人体育盛会，现已成为当地较有影响力的一项老年人体育赛事。

（通讯员 方娟英）

@镇海

本报讯 近日，由镇海区马拉松协会主办的“李子成马拉松经验分享会”在吾悦广场与广大跑友见面。这是一场面向宁波跑友的公益讲座，吸引了甬城10大跑团的300多位小伙伴参加。他们向冠军取经学习，为今后的跑马“充电”。

（通讯员 朱恒）