

“全民奥运会”邀你动起来

杭州市西湖区运动会项目丰富多彩 赛事将持续到明年7月

□通讯员 徐少华 本报记者 奚源

本报讯 杭州市西湖区第十届全民运动会开幕式近日在西湖体育馆举行。这是西湖区规模最大,参与面最广的群众体育赛事,多年来,被西湖区的百姓称为自己的“全民奥运会”。

开幕式上,不仅有健身排舞、太极等群众参与度高的项目表演,也有舞龙等极具西湖区当地文化特色的节目,让坐在观众席上观看开幕式的市民感觉到了浓浓的“本土味儿”。来自古荡街道的周阿姨

将参加广场舞项目的比赛,她说,这是自己第三次参加区运会了,这么多年下来,已经养成了习惯。“感觉自己就像是广场舞的奥运选手一样,每次到区运会,就跟着队伍一起集训、比赛。平时也会坚持参加锻炼,和大家一起争取有个好的表现。”

西湖区委常委、常务副区长孙国方告诉记者,本次运动会是在“十三五”开局之年,全民健身上升为国家战略,以及“健康中国规划纲要”出台的背景下举办的,

对全区深入开展全民健身活动,大力推进“省级体育现代化强区”建设具有重要意义。未来,西湖区还将在全民健身事业上进一步做足功夫,开展更多老百姓喜闻乐见的群众体育赛事活动。

受邀前来参加开幕式的杭州市体育局副局长丁炯表示,西湖区的群众体育工作,得力于有一批活跃在基层一线的体育工作者,希望西湖区的体育工作能以本次区运会为契机,朝着新的方向发

展,为杭州建设成为世界名城做出更多贡献。

据悉,本次运动会为了更全面体现全民参与性,专门设立机关事业单位组、企业组和社会组等组别,并设置了游泳、篮球、乒乓球等8个大项、69个小项,全部赛事将延续到明年7月份。截至目前,报名参赛代表团共计85支,直接参与人数达2500多人,创下了区运会举办以来的历史新高。

迷你游泳马拉松赛 男女老少齐上阵

□本报记者 马二龙

本报讯 近日,浙江省第二届金海豚室内迷你游泳马拉松揭幕赛在杭州大关游泳健身中心举行。

本次活动由浙江省游泳协会主办。通过前期网络报名,吸引了23对组合,近100名游泳爱好者参赛。室内迷你游泳马拉松全程1.2公里,是民间自发办赛的创

新之举。泳姿不限,蛙泳、自由泳、仰泳,甚至不会游泳,也可以套个救生圈上场。可以说,无论男女老少,会游的或不会游的,都可以上场一展“泳姿”。

今年的室内迷你游泳马拉松赛,分为青少年组和成年组。青少年组年龄要求7-17周岁,每队4名运动员,必须由2

男2女组成,4名运动员年龄总和不得超过40周岁;成年组年龄范围在18-65周岁,每队4名运动员,必须由2男2女组成,4名运动员年龄总和不得低于140周岁。

今年的赛制与去年相比进行了调整,更有趣味性,比赛更为激烈。总决赛将于12月上旬在杭州城北游泳馆举行。

低碳行走起

近日,“爱护车·低碳行”绿道徒步活动在嘉兴市新塍塘绿道走起。活动吸引了上千人报名,最后主办方从中抽取了200人参与。与以往的走绿道活动不同,本次活动的参与者均是年龄在18-60周岁之间的“司机一族”。主办方相关负责人说:“举办这次活动的目的,就是想倡导这些平时习惯开车的司机朋友多走路少开车,养成低碳出行的好习惯。”

通讯员 裘建锋/文 李佳伟/摄



国民体测送下乡 私人订制健身“处方”

本报讯 日前,开化县国民体质监测中心秋季免费国民体测活动在中村乡率先铺开。体测送下乡主要是为了通过动态观察和比较,科学指导村民健身,量身打造适合的健身“处方”。

体质监测送下乡活动也受到了当地百姓欢迎。当天,村民们早早来到广场,自发进行各种体测前的放松运动。随后身高、体重、握力、肺活量、1500米跑、3000米健身走等11项体测项目在现场工作人员指

导下,有条不紊地进行。

村民钟志鹏刚完成了肺活量的测试,看到结果达到3103,很是高兴。他说,4年前,开化县体育局国民体质监测中心就开展过此项服务,当时村民们都不愿意来,自己也是被村干部劝过来的。体测结果显示,其他指标都还好,肺活量较低,工作人员建议着重加强对肺活量的锻炼,增加耐力运动,以及加强胸廓肌肉的力量练习。现在肺活量由当时的2400提升到

3103,钟志鹏由衷感慨科学健身很重要。

据介绍,开化县国民体质监测中心也是衢州市所有县级体育部门唯一一家省级中心。自2010年挂牌以来,每年下乡开展服务,至今有12000位村民接受体测,这对提高开化人民群众身体健康发挥了重要的指导作用。接下去,中心还将去其他乡镇开展免费体测活动。

(通讯员 张顺全)

温州

@温州

本报讯 近日,2016“博爱杯”温州市第三届徒步大会在温州市区景山公园落下帷幕,近万人参与这项运动。本届徒步大会是温州市第一届市民运动会项目之一,分全程(10公里)、半程(5公里)。徒步大会不设名次,提倡团队精神,报名以团体、企业、学校、家庭为主。(通讯员 肖小珍)

@镇海

本报讯 近日,宁波市镇海区第十三届运动会青少年部健美操比赛在龙赛体育中心球类馆举行,共有100余名运动员参加。比赛分小学、初中、高中三个组别,设全国啦啦操规定套路(第二套)小学组花球、中学组花球、自编有氧舞蹈项目。最终,骆驼中心学校、蛟川书院、职教中心获得各组别冠军。(镇体)

@苍南

本报讯 10月30日,苍南县首届全民健身嘉年华之“畅游母亲河”公开水域游泳活动在横阳支江进行,吸引了200余名游泳爱好者参与,亲身检验治水成果,享受全民健身的乐趣。(苍体)

@德清

本报讯 德清县羽毛球协会与教育局幼教中心联合开展羽毛球运动进幼儿园活动,活动持续到现在有近一个月,受到了各大幼儿园老师和家长的一致好评。(通讯员 郑友法)

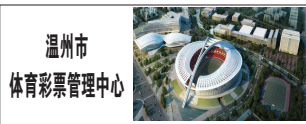
@江山

本报讯 日前,为期两天的江山市第三届工人运动会气排球比赛激战正酣。比赛分男、女团体两个小项,男、女组比赛分别有9支和11支代表队、共140余名气排球爱好者参加。(通讯员 毛武俊)

战略合作伙伴



合作伙伴



浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85067855
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223
本报法律顾问:京衡律师事务所