

宁波老人发明康乐兜球运动

希望能像佳木斯舞一样火遍全国

□特约记者 戴斌

“

为了甩掉“春节肥”，节后市民健身又掀起了小高潮。众多可选择的锻炼项目中，也许很多人还不知道有这样一个“宁波创造”项目——由余姚市黄家埠镇老体协发明的康乐兜球。使用的球像垒球，投的筐像篮球筐，规则借鉴了台球运动……给人的感觉是一个混搭风格的健身项目。

前不久，国家知识产权局向黄家埠镇老年体育协会颁发证书，授予兜球项目国家专利。去年，在宁波市老体协推动下兜球项目已经开始加强对外推广，组织市内近百位教练和裁判进行培训。下个月，全省还将举行一次推广培训活动。“希望有一天兜球也能像佳木斯舞一样，火遍全国。”宁波市老体协秘书长严振华说。

”

兜球的玩法简便易行

兜球使用的器械很简单，几个人花十来分钟时间就可以用钢管搭起一个“篮球架”——1.2米高，上面的网筐比篮球筐更大，且挡板设在网筐前方，这就是兜球架。选手从距离6.5米远的地方，将塑料球投出，要求越过挡板进筐。

比赛时，运动员只需要站在6.5米距离的投球线外以投掷或抛射的姿势将兜球投、抛入网兜内，20球投抛完毕，以网兜内的兜球数量决定成绩。塑料球较柔软，每个重量只有0.1千克，分红黄、蓝、黑等颜色，每种颜色分值不一样。

黄家埠镇老体协常务副主席冯德兴表示，兜球门槛低、场地要求不高，而且上手非常容易，尤其对老年人来说是一项好运动，强度不大，安全性高，很适合健身活动。

黄家埠老体协为什么要发明兜球呢？说起前因后果来，还要从垒球说起。

北京奥运会催生发明

2008年北京奥运会时全国掀起了健身热，当时黄家埠的老年人尝试玩垒球，可是垒球的运动量太大，于是，黄家埠镇老龄委、老体协的几个骨干凑在一起，来了一场“头脑风暴”，发明了兜球玩法。

最初他们用木料做成兜球架子，边实验边讨论玩法规则：感觉垒球太硬，可能会伤人，改进型的塑料软球被加工出来；木头架子移动不方便，而且容易坏，于是有了可拆卸、运输方便的金属架子……一步一步，兜球逐渐走向成熟。这项新型运动，也象征着一群老人对体育健身运动的热爱，是老人们智慧的结晶。

为了推广兜球，这些年宁波市老体协、



余姚市老体协和黄家埠镇老体协一直在努力。2012年，黄家埠镇筹资1.5万元为每个村（社区）制作了一套兜球运动器材；2013年，黄家埠镇出资定制新的兜球运动器材，并赠送给全市21个乡镇街道，将兜球运动进行普及……

如今，余姚市已有2万余名老年人在从事这项体育活动，黄家埠镇则已经创建成为“浙江省老年体育特色项目——兜球之乡”。

要让更多人认识兜球

兜球具有携带组装方便、易学习易推广等特点，作为兜球的发明之乡，余姚市现在已有2万余名老年人在参与这项体育活

动。兜球已经连续五届列入黄家埠镇老年人体育运动会比赛项目，2014年被列入余姚市第十七届社会主义新农村老年运动会比赛项目。在宁波市老体协的大力支持之下，市内各级老体协纷纷订购了兜球器材，开展推广和普及。

浙江省老体协也对这个项目特别关注，还专门请来浙江大学的教授，为其修改和制定了标准《竞赛规则》。“这个项目已经有了几年的基础，我们先在宁波普及，然后推向全省乃至全国，希望有一天兜球也能像佳木斯舞一样，火遍全国。”宁波市老体协秘书长严振华说，省老体协已经有了在全省推广兜球的计划，并向全国老体协进行了推荐。

志愿者一对一服务 美女拉拉队助威

2016丽水半程马拉松万事俱备待开跑

□特约记者 肖春霞

本报讯 距离3月27日开跑的2016丽水半程马拉松还有不到一个月的时间，目前赛事报名已接近尾声，各项赛事筹备工作正紧锣密鼓进行中。记者从丽水市体育局了解到，除了单纯比赛外，今年主办方还安排了高端大气的娱乐活动，以及将提供周到细致的服务。

截至目前，丽水半程马拉松的报名情况非常火爆，人数远多于去年。其中，多数运动员来自外地，半程马拉松比赛报名人数多达近4000人，其中近80%的人来自外地。

“开展马拉松比赛不仅仅是举办一项体育运动，更是展示城市形象的大好时机。”丽水市体育局副局长周中华说，“花园路是我们城市最美的道路，南明湖、应星楼以及南明山这些标志性景点都包括在该线路内。这让运动员在跑步的同时，也可以领略我市沿途的美景。”

此外，除了赛事线路精心安排，主办方还安排了各项娱乐活动。赛事当天，将邀请中国马拉松报道第一人李朝辉，对全市半程马拉松进行中英文讲解；相关体育明星将到场助跑。开幕式当天，主办方将

会安排具有本地民族元素的6到8个表演节目，同时，还将成立丽水美女拉拉队沿途助威。

服务方面，主办方在赛事终点将会为每个比完赛的运动员提供拉伸、按摩服务，志愿者将一对一为比完赛的运动员挂上奖牌。同时为保证赛事有序进行，全市将调动2300名安保人员沿途设点保护。在医疗方面，将在沿途每1公里设置一台心脏除颤仪，每3公里设救护点，每5公里设一辆救护车，以充分应对赛事中突发状况的出现，保障运动员安全比赛。



每天早上六点半，丽水紫金桥太极拳协会都会在南明湖畔锻炼身体，大家一起练习太极剑、太极扇和太极拳……这支队伍在烟波氤氲的湖边形成了一道靓丽的风景线。

本报记者 洪漩文/摄

浦江：千人健步走 为健康加油

本报讯 2月26日下午，浦江县举行第二十八届迎春全民健身走活动。下午1点，浦江县民政局党员干部兴致勃勃地聚集在浦江县体育广场。他们穿着红色的运动服，年轻人伸胳膊弯腿，跃跃欲试；年长的腰杆笔直，精神抖擞，有宝刀不老之态。广场上放着音乐，气氛十分轻松、活跃、愉悦。

启动仪式过后，几千人的健身走大部队准时出发。大家扛着队旗、举着队牌、摇着各色小彩旗，队伍按类别划分前行，着装各有特色，十分整齐、美观，轻松愉悦走完了3.5公里路程。

参加此次健步走活动的朱女士说，自己平时锻炼的时间少，这次参加健步走活动感觉非常好，希望以健康、快乐、良好的精神风貌投入到新一年的工作中。（通讯员 徐海山）

战略合作伙伴



黄龙体育中心



浙江省体育彩票管理中心



浙江体育职业技术学院



浙江省体育竞赛中心

合作伙伴



德清体育中心



温州市
体育彩票管理中心



绍兴市体育中心
电话：0575-8861265



杭州凯普体育器材有限公司

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