

省全民健身浙东片区活动普陀举办 “体育+”模式给运动添点乐趣

本报讯 6月7日,2016年浙江省全民健身活动(浙东片区)在舟山国际水产城举行,共有来自全省28个代表队,近350人参加比赛。

“不要撑伞了,晒就晒点把!”上午8点半,赛场上热闹非凡。随着“趣味定向”比赛开始,运动员们相继跑向指定地点完成任务。在干水产品市场,大家合作寻找物品,包括指定鱼种、传统渔具、手工船模、渔民画等,并合影留念。

随后,运动员们现场学习编织不同种类的渔绳结,但可别小瞧了这些参赛选手,他们个个都是有备而来。“以前从来没有接触过渔绳结,不知道它原来有这么多种打法,昨晚连夜上网查补了知识,试着练习过几遍。”绍兴市上虞区体育总会代表队参赛者表示。

编织完渔绳结,运动员们几步冲出关卡,跑到下一个任务点——渔文化展示馆,并回答相应问题。多媒体投影、LED声光电影像、鱼鳞机械传动装置……看着眼前的这些展览,大家纷纷点赞。“这里关于水产城发展历程、沈家门渔港、东海海洋文化的内容很丰富,让我们对普陀的印象更加深刻。”

集体项目的比赛需要团队的合作,不仅追求速度,还要保证质量。在舟山国际水产城的空中花园,双人跳绳让赛场气氛瞬间升温。看似简单的动作,但在指压板上光脚跳却不轻松,脚底按压的酸痛让运动员们哭笑不得,也增加了比赛的观赏性。

当天的拔河庆丰比赛同样夺人眼

球。在热烈的加油助威声中,参赛队伍两两PK,双方运动员都铆足了劲,不甘示弱。撈洋打纜、抛蟹簍、抖渔绳……尽管室外温度比较高,但挡不住大家参与比赛的热情。杭州市余杭区临平街道代表队华福明说:“普陀是一个特别好的城市,好风景好空气好环境,是个非常适合体育运动的地方。”这几年经常来普陀旅游,让华福明逐渐爱上了这座城市。

据了解,此次活动选址在舟山国际水产城,旨在依托普陀的渔港文化和海洋文化,吸引更多的市民和游客。目前,舟山国际水产城经过升级改造,是一座集水产品交易、商贸旅游、文化体验等于一体的多功能复合型城市综合体,构筑了“互联网+水产市场+商贸旅

游”的新型产业链,也成为展示沈家门渔港风情和舟山海洋文化的“渔市胜地”。

普陀区文体广电新闻出版局体育科科长戴颖说:“全民健身片区活动是浙江省的一个品牌活动,旨在营造城市体育氛围,推动全民健身运动发展。这次活动落地普陀,我们在活动项目的设计上突出“体育+”理念,以户外运动为载体,融文化、旅游、商贸为一体,着重体现普陀的海洋文化,渔港特色,让参与者在体验运动快乐的同时享受到休闲旅游的愉悦。更重要的是借助这个平台,成为宣传、提升普陀的知名度和美誉度的很好的媒介,吸引更多的人来普陀旅游。”

(通讯员 林婷婷)

汇聚奔跑力量 倡导环保生活

陆建明第一个冲过终点,五公里的距离,他的成绩是16分24秒。他喜欢跑步,经常到各地参加马拉松比赛,参加台州市环保部门组织的生态健身跑却是第一次。

6月6日举行的台州市生态健身跑,和陆建明一起跑步的是来自台州市各县(市、区)的近200名跑步爱好者。大家从市民广场出发,途经妇女儿童中心、党校、中心大道、葭沚大转盘、瑞景名苑、白云山隧道、香格里拉,终点为市民广场起跑位置。中途设四处盖章点,分别为党校、葭沚大转盘、白云山隧道及香格里拉。

对于陆建明来说,这样的路程很轻松。“不过跑着也挺累,有几个人实力还不错。”他笑着说,这样的活动挺好,大家都来倡导健康生活,跑步正是最简单的健身

方式。现在每天清晨,有很多人或上街或进公园跑步健身。

在白云山隧道盖章点负责盖章的志愿者没想到选手来得这么快,他们还没等多少时间,就看到陆建明快速跑了过来。一位志愿者急忙上前盖章,她抽空说道,单个选手还好盖章,就怕一次跑来好几个,章都来不及盖。“中间漏盖了一两个,他们跑太快,又都不停下。”

五公里的路程,对三门的何女士来说并不轻松。她是乳腺癌患者,一年前加入了一个乳腺癌病友的微信群,她们在里面相互探讨病情,相互鼓励。

这次活动,她们群里来了10个人参加。何女士是第一次参加健身跑,她说,相比普通人,她们更在乎健康的生活方式,又能健身又能宣传环保,机会难得,于是就一起报名了。



是就一起报名了。

椒江的叶益花带着上初一的儿子来参加健身跑活动。她笑着说,儿子平时都在读书,很少运动,这次正好有倡导环保

的跑步活动,就带他来了。“这次是难得的机会,既能锻炼身体,又能为环境保护出一份力。环保得从个人做起,再影响别人。”

(通讯员 谷尚辉)



乡村小学有支女子足球队

6月6日,衢州市柯城区航埠镇中心小学的大课间,学校女子足球队的队员们在绿茵场上飞奔,趣味足球射门、障碍运球、足球在她们脚下呈现出优美的曲线。这支连续4次获得浙江省校园足球总决赛小学女子乙组二等奖的球队,圆了农村小学女生的足球梦。

通讯员 吴铁鸣 陈林林 文/摄

建德老人激情舞动健身球操

本报讯 6月3日-7日,2016年“全国健身球操之乡”交流活动在东阳横店举行,建德市代表队由老年体协主席穆先堂带队,在自选套路上采取体操和舞蹈有机结合的创意编排,使动作多元化、打法多样化,表演激情而绚烂,收获第三名,在规范套路上动作整齐划一,视觉效果很好获得第7名,最终获得规定套路优胜奖、自选套路优胜奖、最佳表演奖,道德风尚奖等四大奖项。

之前,建德市健身球操代表队还在2016年杭州市老年人健身球操表演赛上荣

获团体总分第一、单项创新套路第一、自选套路最佳创编奖三项桂冠。本次“全国健身球操之乡”交流活动四项荣誉的获得更是对建德市健身球操运动发展的充分肯定,是健身球操爱好者的骄傲,更好地陶冶本市老年人的情操,展示老年人的风采。

建德市健身球操一次次荣誉的获得,将进一步推动该项目在老年人中更为广泛地开展、普及,更加有力地促进健身球操等各类老年体育运动蓬勃发展,也必将进一步促进老年人体育事业和全民健身活动迈上新的台阶。

(通讯员 陈启浩)

桥牌秀出夕阳红

本报讯 6月6日-7日,湖州航天大酒店棋牌室里热闹非凡,来自长兴、德清、安吉、吴兴、南浔和市直属单位的6支银龄桥牌队欢聚在这里竞技斗艺,高潮迭起,精彩纷呈。

比赛场上,老人们聚精会神,竞技斗艺叫牌出牌,训练有素,思维敏捷,充分显示了桥牌健身的风采。娘子军挑战男子汉,县区老年桥牌新手露锋芒,是这次比赛的亮点。德清和南浔等县不少爱好桥牌运动的老人赶来观摩,更是给这次老年桥牌盛会增添了热烈的气氛。

比赛之余,老人们切磋牌艺,交流桥牌运动健身心得。一位来自农村的选手开心地说:“桥牌运动,健脑益智,被誉为‘大脑健美操’,它使我们健康每一天,快乐到永远。”在旁的牌友接过话头道:“是啊!桥牌运动能增强逻辑思维和想象力,培养团队精神,每天乐在其中,心态更年轻。”

经过为时2天友好、热烈的比赛,市直属单位代表队荣获冠军,吴兴区代表队和长兴县代表队分获亚军和季军。

(通讯员 韩锡曾)