

嘉兴“万步有约”百人团 30 公里徒步西塘

9月23日,“万步有约”职业人群健走活动就将截止,这场由中国疾控中心慢病中心主办的全国性激励大奖赛已经经历近100天,全国总参加人数有3万人左右。

日前,嘉兴迎来了最后一次大型集体健走活动。从麦德龙(嘉兴经济开发区商场店)出发一直徒步至西塘景区,浩浩荡荡的大部队进行了一次健走30公里的体验。

参加这次徒步西塘活动的共有104

人,早上7点队伍从麦德龙门口出发,经过永政桥、圆通寺、古窰泾、光明村、新联村、天凝镇、镇东村、大通桥,共30公里,于中午12点全部到达西塘游客中心。由于是长距离健走,难免队伍会拉长,走得快的队员发扬团队精神,多次停下来等候其他队员,然后再一起向前。

参与者丁华英表示受益匪浅,锻炼身体同时更磨练了人的意志力,让她更加有责任感,“以前虽然也一直在健走,可免不了会偷懒,不过这可是一项集体活动,

我不能掉链子啊,不管体力如何必须坚持。”

李玲青是这次活动的“新人”,这样30公里的健走对她来说还是第一次。“走到十五六公里的时候,觉得有些累,停下来休息了几分钟,调整一下就好多了。”她表示,自己能坚持下来,健走的氛围很重要,“大家说说笑笑,跟着别人的脚步,再加上沿途景色好、空气好,不知不觉就到了。”

被问到等“万步有约”这个活动结束后,会不会就停止日行万步了呢,参赛队

员俞正华立刻表示:“当然不会啦,这早就变成了一种习惯,虽然‘万步有约’活动马上就结束了,但是我们大家还是会有互动的,这已经变成了一项固定的、集体性运动,所以一定会坚持的。”

对此,丁华英也表示,自己一定还会坚持下去,“以前早上总是起不来,自从参加了‘万步有约’,每天早晨5点半就起来健走,虽然一开始有些不适应,但是现在习以为常了,我想这就是活动的魅力吧。”

(通讯员 孔嘉敏)

本周六宁波百万市民健身大联动

本报讯 9月24日晚7点,由宁波市体育局、宁波市体育总会,各县(市)区人民政府主办的宁波市百万市民健身大联动将在宁波市体育中心广场开幕。

开幕式还将进行宁波市全民健身好家庭表彰和宁波市民间健身达人颁奖,同时,神秘嘉宾将向全市人民发出《全民健身倡议书》。现场还有精品健身节目表演,瑜伽太极、排舞、武术将分别登台亮相,还将进行健身排舞总决赛。

宁波市百万市民健身大联动系列活

动于2016年4月在各县(市)区蓬勃开展,在过去的五个月中,已举办1245次赛事活动、有50余万人次参加,掀起了全民参与、全民健身的新高潮。其中羽毛球、乒乓球、趣味足球赛、快乐迷你跑、登山、健身排舞、三人制篮球、棋类、钓鱼、飞镖等10个大众普及项目分别由乡镇(街道)海选赛、县(市)区分站赛和市本级总决赛组成三级联动赛制。目前,海选赛和分站赛已经结束,市本级总决赛在9月11日-10月30日陆续开赛。除此之外,市、各县(市)

区、乡镇(街道)还因地制宜组织开展了各级各类群众性体育赛事、活动、展示、培训及国民体质测试等。

宁波市百万市民健身大联动旨在打造以民生为根本,全民参与、全民动员、全民健康为宗旨的全民健身大联动新载体,创新全民健身工作方式和推动机制,提高全民健身公共服务水平,让更多市民享受全民健身“红利”,促进社会和谐,提升体育公共服务水平,实现宁波市全民健身运动的创新转型发展。(通讯员 胡中月)

钱江源国家公园半程马拉松十月开化鸣枪

本报讯 9月19日上午,2016浙江开化钱江源国家公园半程马拉松赛新闻发布会举行。比赛将于10月23日在开化县占旭刚体育馆鸣枪起跑。

本届马拉松赛设有半程马拉松和迷你马拉松两个赛项,参赛人数设置为1500人,其中半程马拉松1000人,迷你马拉松500人。半程马拉松终点为全国美丽乡村一金星村,迷你马拉松的终点为开化芹阳

办事处的十里铺村,赛道途经浙江最美乡村公路桃下线,花牵谷等开化县特色景区、景点。

在发布会上,赛事组委会通报了赛事筹备情况,并希望通过打造此类金牌赛事推动开化体育事业发展,并对开化国家公园旅游事业进行推介。独家运营本届赛事的跑哪儿赛事管理(北京)有限公司董事,有76次全马经历的田冬生表示,赛事

组委会将通过赛道线路多样性凸显开化的国家公园属性,并结合当地名特产品推广,把本届赛事办成一次好玩的,“强、富、美”的半程马拉松。

据了解,报名工作将于9月21日上午10点开始,截止时间为10月10日17点,广大马拉松爱好者可登陆赛事网站www.khmarathon.com进行报名。

(通讯员 钟睿)



“排舞高手”同台斗艳

日前,第七届绍兴市排舞比赛在绍兴市文化馆热闹开锣。来自全市各区、县(市)的25支排舞队同台斗艳,年龄跨度从10岁到70岁。这次参加比赛的排舞队就是经过层层选拔脱颖而出的,比赛获胜的优秀节目将录入绍兴市优秀文艺节目库。

通讯员 汤帆 文/摄

订阅号

@西湖

本报讯 9月17日,杭州市西湖区三墩镇文体站举办了象棋比赛,选拔高水平棋手参加今年西湖区中国象棋大赛。各社区居民踊跃报名,40位居民参加比赛,不仅赛出了水平,同时也增强了大家竞争与挑战意识,为象棋爱好者提供一个发挥自己特长,展示自己棋艺的平台。

(通讯员 王荣)

@镇海

本报讯 日前在江苏徐州举办的全国青少年蹦床锦标赛上,镇海区蹦技学校选送国家队集训的运动员范心怡和曹云珠获得了女子团体冠军。同时,范心怡获得了女子个人冠军,曹云珠获得了女子双人同步冠军,为家乡赢得了荣誉。

(通讯员 朱恒)

@南湖

本报讯 日前,由嘉兴市南湖区教文体局体育科牵头的体育社会指导员培训班举行,60名学员参加了此次培训。活动主办方邀请南湖区教研室体育教研员、特级教师曹强老师主讲,就体育理念、体育锻炼方式方法、锻炼误区、急救原则等体育相关方面知识作了讲解。

(南体)

@缙云

本报讯 日前,丽水市缙云县第四届全民运动会足球项目在紫薇小学开赛。此次足球比赛采用五人制,共吸引了7支队伍参赛。近年来,五人制足球具有占地面积小的特点成为缙云县颇具人气的健身项目。全县参与足球运动的群众人口也越来越多。

(通讯员 丁玲)