

50家百姓健身房月底投用,15分钟健身圈初步成型 温州百姓家门口就能进行专业健身了

专业跑步机、陆地划船器、椭圆机等专业的健身设备不只出现在专业健身房,更成了百姓健身房的标配。从本月开始,温州市市级50个百姓健身房将全部正式投用,市民就能在家门口进行专业的健身锻炼了。

初体验人气十足

位于温州市区同人欣园的一类百姓健身房,在11月23日布置完毕后,立即受到了小区业主的追捧。

该健身房占地300平方米,配置的有氧类器材分别为四台专业跑步机、四台陆地划船器、四台椭圆机、两台立式健身车以及两台放松器。而力量器材包括有一台史密斯机、一组双层哑铃以及一台小飞鸟训练器。这些器械上不仅有健身数据电子显示系统,还配备了安全防护装置,特别是地面还铺设了专业的运动地胶,除了保护器械和地面

外,还能方便市民进行徒手训练,这样豪华的器材配置甚至可与专业的健身房媲美。

一到晚上和周末,这里就聚集了前来锻炼的业主,很多器械大家都排队等候锻炼。据了解,划船器运动是温州市体育局为打造国家运动健康城市新引入的一项全民健身运动,能使运动者全身的肌群得到锻炼,增强协调性,同时伴随运动改善运动者的心肺功能。

50个健身房年底前面世

据悉,今年的温州市“十大民生实事”体育项目已全部完成,包括50个百姓健身房、50片篮球场、20公里百姓健身步道,更多的健身设施已落户在市民身边,“15分钟健身圈”初步成型。

温州市社体中心主任柴俊超介绍,关于百姓健身房,各街道社区的积极性非常高,在前期上报布点时,共有100

多个地址进入筛选阶段,后来经工作人员挨个走访排摸,最终选出了适合布点的50个地址。“经过场地面积、覆盖人群以及地理位置等三个条件的筛选,最终将50个百姓健身房划定为一二三类,根据不同的等级给予16.5万元、9万元及约3万元的器材购置补贴。”

现在,50个百姓健身房已基本完成前期的设备安装,正进入后期的软装阶段,预计本月下旬将会正式对市民开放。届时,将设立门禁系统,目的是为了便于管理登记和收集居民健身大数据,市民只需通过手机扫一扫就能进入百姓健身房锻炼。另外,部分百姓健身房还将配备音响系统,市民可以将其连接自己的手机播放自己喜欢的音乐,提升健身体验。

明年将继续提升档次

在百姓健身房中,所有器械都是按

照商用级别来配置,“为了保证市民能够高效使用,中标商家协议承诺所有设备整机质保三年,零部件维保五年。”柴俊超说,另外,明年的计划中,将主打精品百姓健身房,拟在全市范围内新建(提升)20家一类百姓健身房。

明年,百姓健身房还将与市国民体质监测中心进行联动,让社会体育指导员进驻百姓健身房,对市民健身进行科学指导,并邀请市民前往位于九山路93号的市国民体质监测中心进行测试,根据测试结果开具个人“运动处方”,接着再根据“运动处方”进行科学锻炼。

如果市民想查询身边最近的百姓健身房在哪里的话,可以关注“温州市社会体育指导中心”公众微信号,然后点击指导员模块,选择其中的健身场所就能轻松查到。

(通讯员 徐家琪)



体质监测从小抓起

日前,嵊州市国民体质监测中心的工作人员来到该市红旗幼儿园,为小朋友们进行了10米往返跑、过“独木桥”、升高、体重、坐位体前屈等8个项目的体质监测。

(通讯员 蔡博顺 文/摄)

中国拳手争当拳王

通讯员 宋君 本报记者 朱郑远

本报讯 昨日下午,2017赛法斗世锦赛决赛暨“我就是拳王”杭州赛区决赛新闻发布会暨称重仪式在杭州市萧山区航民宾馆进行。本周六晚,来自世界各国赛法斗顶尖高手将在瓜沥镇文体中心进行最终的冠军争夺。

此次赛法斗世锦赛决赛中还有两位中国选手的面孔——袁鹏、袁磊磊,他们将分别征战56公斤级和80公斤级的赛事,向中国首枚男子赛法斗世界大赛金牌发起冲击。此外,本次赛法斗比赛中还有一组52公斤级的女子大战,让你领会一番女性搏击的魅力。这些民间草根功夫达人将与世界顶尖搏击高手联袂奉献一场功夫盛宴。

在称重仪式上,赛法斗世锦赛决赛的八位选手全部顺利过关,对视环节更是剑拔弩张,一场针尖对麦芒的赛法斗年终大戏呼之欲出。我就是拳王的参赛选手在称重之后还进行了抽签仪式,这些草根功夫爱好者在决赛阶段将以单败淘汰赛的方式决出冠军。

国际赛法斗联合会(以下简称国赛联)主席朱莉博士表示感谢所有为赛法斗运动推广、普及做出努力的人。而国赛联副主席杜梅子先生也对中国市场充满了期待,“国赛联将与赛法斗(中国)在接下来的几年持续紧密的展开合作,会增加派遣法国的赛法斗国家队教练员和优秀运动员到中国交流、培训的频次,让更多人在赛法斗运动中受益。”

联姻互联网、女子桥牌战队亮相 杭城再掀桥牌运动的“头脑风暴”

本报记者 朱郑远

本报讯 连日来,杭城的气温一降再降,但丝毫没能阻挡桥牌高手们的比赛激情。昨天,2017年第二届浙江·黄龙——“滨河杯”桥牌公开赛在浙江省黄龙体育中心举行,来自全国各地的68支代表队,近500名全国各地桥牌高手将在4天的比赛中掀起一场“头脑风暴”。

这是黄龙体育中心第二次举办该项赛事,去年第一届黄龙桥牌公开赛,最让人记忆深刻的大概就是赛场的氛围。一张带着上下挡板标着东西南北的方桌,两个方形茶几,四把椅子,两两相对,不得交流沟通,只能以牌说话,脸

上看不出动静的牌手,思维却在飞速转动着。

赛事的裁判长曹志华是桥牌圈的老面孔,他告诉记者,本次公开赛报名要求参赛牌手需是中国桥牌协会会员,赛制则为公开团体赛。“从去年的第一届公开赛,到5月份的全国桥牌锦标赛,再到现在的第二届公开赛,他们都为桥牌爱好者提供了很棒的展示舞台。这样规范化的办赛,对推广桥牌运动有着很大的促进作用。”作为一名有30多年执裁经历的老裁判,曹志华为黄龙体育中心的办赛能力点赞。

同样有这种感觉的还有现场参赛

选手,来自上海隧道股份队的李含笑就是其中之一。相比其他参赛选手,她显得十分年轻,不过实力可是不容小觑,已经获得了二星终身大师的等级。“杭州是一座我很喜欢的城市,我一年最少会来杭州参加比赛一次,第一届公开赛我就参加过,总体来说这里的赛事氛围我很喜欢。”

此外,今年的赛事还采用了“体育+互联网”模式,桥牌爱好者不用担心有事错过本次公开赛,现场所有的比赛数据均会在黄龙体育中心官方网站同步播出,让你足不出户也能观赛,还可以对比赛结果进行监督。

战略合作伙伴



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:0571-85178608
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223

合作伙伴

