全国跳绳锦标赛5月激战台州

40支专业运动队、500名运动员将演绎一场跳绳盛宴

通讯员 王晓峰 本报记者 毛锦怡

本报讯 近日,记者从台州市体育局获悉,5月5日至8日,全国跳绳锦标赛台州分站赛将在台州市全民健身活动中心举行。这是该市首次承办如此高规格、高级别的跳绳运动比赛。届时,将有来自全国各地的40支专业运动队、500名运动员演绎一场精彩绝伦的跳绳盛宴。

说起跳绳运动,相信大家都不陌生。这是一项操作简单、易懂的运动,不受天气、场地、装备、时间等因素限制,更是一项大家日常中随时随地拿根绳子就可以运动训练的健身项目。但是你看过30秒单摇跳、三人交互绳花样、3分钟10人长绳8字跳的比赛吗?记者了解到,本次锦标赛项目设置极为丰富,分基础赛和跳绳强心积分挑战赛,其中基础赛包括计数赛、花样赛、通级赛、趣味赛和表演赛。虽是竞技比赛,也极具观赏性,比如花样赛中的两人车轮跳、三人交互绳花样,趣味赛中的30秒两人一带一单摇跳等。

"跳绳强心"起源于加拿大,研究证实,跳绳可以增强人体心血管、呼吸和神经系统功能,预防诸多疾病,缓解心脏健康压力。此次跳绳强心积分挑战赛分为入门赛、800个计时赛、1600个计时赛、2400个计时赛、3200个计时赛、4000个计时赛和4800个计时赛。

谈及该项赛事落户台州的意义,市全民健身活动中心主任俞叶飞表示,在国家体育总局层面高度重视和大力推广下,跳绳运动将会在普及率和全民参与度中和现在的马拉松运动相媲美。此次台州承办全国跳绳锦标赛(分站赛),是把跳绳运动普及至该市每个角落的好机会,让市民重温这项既古老又新颖的健身运动。

为了营造良好的比赛氛围,赛前,台州市将举行系列跳绳活动,开启全民跳绳模式。

3月20日至21日,在台州市全民健身活动中心2号篮球馆,举办2017跳绳教练员、裁判员培训班;3月至4月,举行2017台州市9县(市、区)校园跳绳锦标赛;4月26日,在台州市全民健身活动中心,开启2017台州市直单位职工跳绳比赛;五一假期,举办2017年台州市跳绳嘉年华。

杭州江干区老人钱塘挥拳论剑

本报讯 3月2日,"钱江杯"2017年老年人太极拳(剑)比赛在杭州市江干区体育中心新蒙篮球馆展开。参加本次比赛的是由8个街道老年分会经过层层选拔的8支代表队、60多位运动员。比赛包括了太极拳、太极剑以及其他太极器械集体项目及个人项目,展示了江干区老年人"健康老龄化""积极老年化"的精神风采。

闸弄口街道领队应娟华称,练习太极拳20余年,自己平时从事太极拳教学,都是公益性质的,想让更多的老年人通过练太极拳来滋养身心。这次比赛也是给我们老年朋友一个展示自己的平台,弘扬了中华传统文化的同时,又能展现我们良好的风貌。凯旋街道代表队的参赛选手杜英称,自己通过习练养身太极拳,生理和心理健康都有了很大改善,平时不施粉黛,但皮肤依然鲜红透亮。如今每天坚持跟姐妹们一起练功,感觉好像重返青春。

"钱江杯"系列赛事是江干区体育部门开展全民健身的组合拳,旨在让更多的人参与比赛,收获健康和快乐。江干区老年人太极拳(剑)比赛是2017年钱江杯品牌系列赛事的第一个,接下来将陆续进行:门球、羽毛球、篮球、足球、乒乓球等赛事。

经过一番激烈角逐,采荷街道代表队荣获本次比赛的团体冠军,他们将代表江干区参加杭州市太极拳(剑)比赛。另外各比赛项目的前三名也分别决出。

(通讯员 袁明)

跑山季又来啦

宁海越野挑战赛邀你纵情山水间

增设亲子组,温情开跑

本报讯 春暖花开,万物复苏,正是开展山地马拉松、越野跑的最佳季节。新一季的宁海越野挑战赛之春季赛即将于明天打响,此次比赛将有千名来自国内外的越野跑手以及亲子家庭组队相约宁海,纵情山水之间!

本年度的宁海越野挑战赛增设了春、秋两季大赛,春季赛设50公里组、11.5公里亲子组两个组别;秋季赛于黄金十月中国休闲大会期间举行,设42公里组、100公里组两个组别。

春季宁海越野挑战赛参赛规模计1000人,两组起点皆为宁海星海小学。11.5公里亲子组于3月4日下午13点30分开跑,途径王社、瓦窑头、至终点许家山;50公里组于3月5日早晨6点开跑,途经许家山、东海云顶、外袁、至终点冯家村。绵延成片的竹海、沁人心脾的山涧溪流、幽静古朴的村落、芬芳黛绿的茶园将会是全程最为享受的部分;原始狭窄的山路、险峻陡峭的磨注峰又将是比赛最具挑战的部分,此线路具观光与挑战为一体,极具越野风格。

宁海越野挑战赛是国际越野跑协会认可的UTMB(环博朗峰超级越野跑赛)积分赛事,已成功举办了四年。这四年来,宁海县政府、体育部门与赛事组织方深入合作,历年赛事的运营,赛道规划、赛道清理、安全救援、赛事后勤保障与传播等均取得了良好的成效。四年的累积和成长已使"宁海越野挑战赛"成为中国大陆地区较为成熟的中长距离越野赛之一。自去年100公里的越野挑战赛结束后,赛事组织方经过审核评估和宁海县政府及体育部门的沟通,在今年50公里传统赛上,新设了11.5公里的家庭亲子跑。宁海越野挑战赛不再仅仅是向越野跑手开放,还将涉及全国、甚至国外的每个家庭。

此外,3月26日的宁海岔路马拉松也正在紧锣密鼓地筹备之中,为赛前作最后冲刺。

(通讯员 王静雅)

编读往来

海宁于小姐:听说,在2017年全国青年男女举重锦标赛比赛期间,邓薇和石智勇将来到海宁为赛事助阵,他们还会与市民一起参与各种健身活动。我想了解下具体参与的方式。

编辑@于小姐你好:想要见到奥运冠军,有两种方法。一是参加"挑战中国力量"现场挑战赛。今天晚上7点在海宁银泰城以及3月5日下午2点在南关厢历史文化街区。挑战赛分为几个有关力量的小游戏,挑战成功的除了可以获得相应礼品,还能拿到锦标赛门票,就可以在3月11日晚的开幕式上一睹奥运冠军风采。

此外,还可以报名参加3月12日上午举行的"中国力量公益行"力量负重健步走活动,与奥运冠军一起穿行在翁金线(全程约6公里)。完成负重健步走的参与者都可以获得纪念品、证书。随后,奥运冠军们将前往丁桥梁家墩、南关厢历史文化街区以及一些学校、企业,与大家一起参加有关力量的趣味运动,一起体验健身带来的乐趣。

(通讯员 许涛)

全国青年男篮四强邀请赛激战金华

本报讯 历时4天的2017全国青年男篮四强邀请赛近日在金华市体育馆落幕。本次比赛邀请到的辽宁U18男篮、山东高速男篮青年队、四川青年男篮、浙江稠州U18青年男篮4支球队,他们都是今年全运会上争夺前三名的热门队伍,其中,浙江队中更是有9人入选国青队、国少队。

这些球队此次金华之行旨在备战全运会预选赛,在赛场上都拿出了不少真功夫,CBA的浙江稠州银行篮球俱乐部总经理特意赶到赛场,为俱乐部挑选优秀苗子。

利用这些优秀青年篮球队来金的机会,市篮球协会与各球队的教练、领队学习、沟通,研究金华篮球的发展方向,并邀请到执法CBA的国际级裁判为金华本土篮球裁判上课、为本次比赛担任裁判。浙江稠州U18青年男篮还特意来到金华四中,带领该校男篮训练,分享先进的篮球训练理念和方法。

(通讯员 陈丽媛 文/摄)