

想学健身气功 请打电话预约 “健康五进”，为老百姓寻找身边的健身老师

通讯员 汪钢平 本报记者 奚源

本报讯 想学健身气功,但又找不到合适的人来教,健身房也没有相关服务怎么办?别担心,你身边就有可靠的专家来指导。

日前,由杭州市健康办、杭州市体育局(市体育总会)主办,杭州市健身气功协会承办的2017年杭州“健康五进”(即进家庭、进社区、进学校、进企业、进机关)启动仪式,在杭州绿城翡翠城翡翠天地广场举行。

在活动现场,各体育协会的学员们现场为市民们表演了木兰拳、抖空竹、瑜伽、健美操、健身气功等多项健身项目。他们来自社会各界,不同年龄、不同职业,相同的是洋溢在脸上的好气色和好心情。大家其乐融融,沉浸在全民健身的快乐之中。市民邹连英今年57岁,练习木兰拳有一段时间,但因为原先都是在家里看着网上找的资料练,一直练得不是很顺手。“在这里认识了很多专业的木兰拳老师,以后再也不用自学了。”邹连英说。

除了现场展示,杭州市健身气功协会、杭州市健美操协会、杭州市瑜伽健身协会、杭州市空竹运动协会、杭州市木兰拳协会等社会组织,为在场观众提供了社会体育指导员老师名单及联系电话。有健身相关专业需求的街道、企业、机关、社区和学校,以及其他有健身指导需求的团体,可以随时联系相



关协会,由协会派出老师提供教学指导服务。

杭州市健身气功协会秘书长李红苗经常在西溪湿地授课,他告诉记者,随着人们生活水平的不断提高,健康越来越受到人民群众的广泛关注。一些上班族、白领、企事业单位工作人员由于每天工作忙碌,失眠、颈椎病、肩周炎、坐骨神经痛、肥胖、糖尿病等职业病也就不经意间出现了。“像健身气功这样的健身运动项目已经不再是中老年人的专利,很多年轻人也开始有意识地参与进来。通过这次‘健康五进’的活动,能够让更多想要学习的市民知道该找谁学,该上哪儿学,这对推动全民健身和百姓的健康水平很有好处。”李红苗说。

据悉,杭州市体育局、杭州市体育总会已经连续几年开展了杭州市健身知识“五进”工作。此次活动协调选择5家市级社会体育组织做项目推广试点,以绿城集团所属35家二级以上社区做为培训交流平台,赠送相关教学光盘,展示协会特色亮点节目,并以此为起点拓展绿城所属社区(100家)进行健身(养生)知识授课。杭州市体育局相关负责人表示,希望“健康五进”的全面启动让生活、学习、创业在杭州的各界人士,通过有“千年长寿功”美誉的八段锦、太极拳、抖空竹、健身操等多样化的健身养生锻炼,提升身体素质,拥有更好的身体健康指标,更高的幸福指数。

江浙皖三地国米球迷杭州聚会

本报讯 近日,中国国米球迷超级杯东部赛区在中国美术学院象山校区足球场开打。比赛吸引了来自江苏、浙江、安徽等地区的一百多名国际米兰新赛季官方认证球迷的踊跃参赛。

作为国际米兰2017夏季中国行系列活动的大型预热活动,中国国米球迷超级杯由苏宁体育、国际米兰足

球俱乐部共同主办。本届比赛是苏宁体育和国际米兰在全球范围内举办的规模最大的球迷业余交流赛事,也是国米官方首次在中国发起球迷赛事。

作为东道主,杭州国米球迷协会虽然实力强劲,却受到了来自江苏的南京国米星空的挑战,后者则从首轮开始就展现出横扫千军的实力,前三

轮分别以3:0、7:0、4:0完胜对手。最终,在经过6个小时激战,南京国米星空问鼎东部赛区冠军,并与上周在深圳决出的南部赛区冠军长沙国米阵线携手出线。接下来的两周,西部赛区和北部赛区将在西安和北京进行,7月22日国米夏季行期间,四大赛区的冠军队将在南京进行总决赛。

中美NCAA篮球双语夏令营又来了 这个暑假,让孩子和专业教练一起过

本报讯 如何让孩子过一个既难忘又有意义的暑假,一直是困扰家长们的难题。今年暑假,CUBA创始人、浙江大学教授陈南生将携手美国杨伯翰大学男篮主教练瓦格纳打造中美NCAA篮球双语夏令营活动。陈南生为首组建的中美冠军教练组将为孩子们带来一个意义非凡的暑假。

距离上一次中美NCAA篮球夏令营走进杭州已经过去了10年。本次中美NCAA篮球双语夏令营除邀请了主教练达伦·沃德布鲁奇、助理教练泰勒·哈里斯和以及其现役主力队员达尼奥·贝蒂斯、斯宾塞·法

林外,还邀请了CBA电视转播解说嘉宾、浙江财经大学女子篮球队主教练李敦杰,浙江交通职业技术学院男子篮球队主教练陈炜,CBA电视转播解说嘉宾、浙江树人大学女子篮球队主教练冯英歌等一线高水平高校教师。

众多国内外高校一线教练反哺中小学体育教育,在训练中强调“篮球育人”的宗旨。他们在整个培训中不是顾问,而是实战教学的老师。同时,和孩子们一起培训的NCAA现役球员们在夏威夷太平洋大学中不单是学习成绩优异的学生,还是优秀的篮球运

动员。他们加入执教队伍,为孩子们今后的成长之路树立了很好的榜样。

据了解,本次训练营设计了深受孩子们喜爱的“学习+运动+生活”模块课程,在“学习”模块有英语的听、说实战演练,接受地道的美国发音训练;在“运动”模块有篮球基本技能训练、战术训练和趣味比赛,感受国际视野下的青少年篮球运动;在“生活”模块有展示孩子们才艺的联欢会和家长学校,让中美篮球文化和教育理念的碰撞和交融,擦出火花。

(通讯员 杨洋)



短消息

@杭州

为进一步加强杭州市篮球裁判员队伍建设,发现和培养篮球裁判员后备力量,杭州市篮球协会将于今年8月5日至6日举办篮球二、三级裁判员培训班。只要身体健康、思想品质正派、喜爱篮球运动、热爱裁判工作、具有一定的篮球裁判员基础理论知识和临场执法能力者均可报名。

学员考核成绩合格后,将获得篮球二、三级裁判员资格证书。

报名时间:

自即日起至2017年7月20日止

报名联系人:

杭州市篮球协会 卢毅军

13735599551,0571-86433527

详情请关注杭州市篮球协会微信公众号(hzba2015)。

@下城

本报讯 近日,“2017‘健康中国,一起舞吧’——广场舞进社区(乡村)公益行活动”在下城区体育馆圆满结束。下城区八街道的排舞爱好者200多人参加。培训以全国排舞广场舞推广中心官方教材为依据,进行科学、健康、规范的广场舞运动理论普及,此外还从2017广场舞10首规定曲目中,选取两首进行现场教学。

(通讯员 司进才)

@余杭

本报讯 日前,杭州东野体育文化集团有限公司与世界拳击理事会(WBC)中国区授权签约,正式开启了国内“拳”新时代序幕,并为7月底在余杭区开展的首场WBC世界拳王争霸赛奠定良好的基础。

未来双方将展开紧密合作,以杭州为起点逐年规划推广,努力打造出高规格、高品质的国际拳击赛事。

(通讯员 楼诗予)

@建德

本报讯 6月26日,建德市“环保杯”篮球赛在新安江体育馆拉开序幕。

作为建德市篮球协会成立后承办的首场篮球赛,本次赛事共有乡镇、企业单位组成的12支代表队138名运动员参赛。整个比赛从6月26日开战,到7月2日结束,历时一周。第一阶段12支队伍分A、B组单循环比赛,决出小组前三名;第二阶段进行交叉赛,决出前六名。

(通讯员 陈启浩)