



杭州体育报

总第98期
2018年10月25日

品质生活的体育读本

联办单位: 杭州市体育局 体坛报社编辑出版 新闻热线: 0571-85285455 投稿邮箱: ttb0571@163.com 编辑/版式: 王品燧 E-mail: ttb0571@163.com

编辑指导委员会—主编: 金承龙(杭州市体育局局长) 执行主编: 王黎(杭州市体育局副局长) 执行副主编: 周留存(杭州市体育局办公室主任)
编委: 张敏(上城区体育局局长) 王仙桃(下城区文体局局长) 胡宏杰(江干区体育局局长) 王茜蓉(西湖区体育局局长) 陈宁(拱墅区文体局局长) 何军芳(余杭区体育局局长) 董茶仙(萧山区文体局局长)
张生良(富阳区体育局局长) 方劲松(桐庐县文体局局长) 周光华(淳安县体育局局长) 姜自力(建德市体育局局长) 陶晟(临安市文体局局长) 孙灿平(滨江区社发局局长)

导读

全国首家智慧游泳馆落户杭州
未来将启用“刷脸”进场和智能存衣柜

瑜伽女神上山下水拍出美照
刷爆朋友圈

毅行大会一路精彩
动漫狂潮再度来袭!

●钱王祠·舞台 二版

●西子湖·本塘 三版

●巡城记·风景 四版

比身高比体重,不如比比身体素质 杭州国民体质测试新添科技智慧元素

本报记者 华雨晨

10月21日,杭州市首届市民体质大赛在陈经纶体校举行,全市13个区、县(市)共计130余名市民测试代表齐聚一堂,同场竞技。大赛由杭州市国民体质监测中心(杭州市陈经纶体校)和杭州市体育休闲行业协会承办,乐动家体育、浙江本珍、凯普体育共同协办。

竞技+娱乐 首届市民体质大赛比什么

在测试现场,各种测试设备依次排开,测试的内容也涵盖多方面。前来参赛的市民按照工作人员的提示完成各种动作测试。不少市民对一些测试仪器很感兴趣,为了更好地发挥,还会自己先热身和试上几个几遍。

比赛执行《浙江省3-69周岁公民体质评价》(DB33T954-2015),设置20-39周岁、40-59周岁男子和女子4个组别。比赛内容为身高、体重、围度、肺活量、1500米跑/3000米健走、2分钟跳绳、坐位体前屈、三点移动、象限跳、俯卧撑、1分钟仰卧起坐等11个项目,从形态、机能、素质三大方面考验参赛者身体素质。

杭州市体育休闲行业协会秘书长邹捷介绍,为了增加比赛的竞技性和趣味性,组委会还设置个人总分和团体总分奖项,像跑步等项目都改为竞赛等形式来测试,以激励体质均衡发展,激发团队协作精神。

来自临安代表队的翁丽仙和队友一大早就来到现场做准备,在坐位体前屈的测试中也取得相当不错的成绩。她告

诉记者,这次的队员同时大部分也都是杭跑会、浙大户外等的成员:“好成绩来自于平时运动的积累。而这也是我第一次参加体测,正好借着这次机会来增加对自己身体数据的了解。”

专业+权威 杭州人的成绩得几分

作为首届比赛,组委会特地推出了一款微信小程序——“乐动家”。本次大赛的报名和成绩统计查询、线上互动等都能通过这款小程序查看。此外,在该系统中还能看到运动推荐场馆、体质监测点、专家团队介绍等内容。旨在进一步发挥第三方组织在宣传和推进科学健身工作中的作用,为市民提供体质管理解决方案,为杭州市全民健身工作添砖加瓦。

杭州市体育局副局长丁炯表示,在今年8月8日,杭州市体育局发布了《2017年杭州市民体质测试数据分析报告》。报告以身体形态、身体机能、身体素质三个方面指标,针对3至69周岁的杭州市民,按年龄分为幼儿、成年人、老年人3个年龄段,提取有效数据共计37605例,对于杭州市民的体质测

试结果做了全面分析。

“现在不少杭州人都加入了全民健身的队伍,但是像毅行、马拉松等活动并不是适合所有人参加,因此参加体质测试、全面了解自己的身体状况就十分必要。”丁炯说。“报告和这次的体质大赛等一系列的工作,都是为了贯彻落实《杭州市全民健身计划》(2016—2020年),实施浙江省‘四提升四覆盖’全民健身工程,推动‘健康杭州’建设,营造科学健身的良好氛围,展现杭州市民健康风貌,进一步宣传体质监测工作,传播科学健身理念,促进更多市民形成体质管理意识。”



杭州体育月历

●10月8日,为积极响应“冰雪运动进校园”的倡议,杭州绿城育华小学举行了校冰球队的成立仪式,这也是浙江省历史上第一支小学冰球队。

●10月12日上午,杭州市市长徐立毅调研世界游泳锦标赛(25米)筹办工作并主持召开组委会会议。他强调,世游赛筹备已进入最后冲刺阶段,各级各部门要以打造“三个窗口”为目标导向,以争创“四个一流”为努力方向,拉高标杆、紧锣密鼓、全力以赴,高质量做好赛事各项筹备工作,确保办成一届体现杭州特色、彰显杭州水平的泳坛盛会。陈国妹陪同参加。

●10月13日,2018信用杭州“诚信万里行”毅行活动在钱塘江畔火热开走。作为首届杭州诚信宣传周的重要部分,800余名参与者从城市阳台出发,沿着钱塘江畔一路行走,以毅行的方式,助力信用杭州建设。

●10月13日,第六届(2018)中国国际棋文化博览会在杭州天元大厦启幕。国家体育总局也在此前发布了文件,其中明确围棋、中国象棋、国际象棋国家队的集训地点将定在杭州棋院。

●北京时间10月13日20时,第三届亚残运会闭幕式在印尼雅加达玛蒂亚体育场隆重举行。杭州作为下一届亚残运会主办城市参加接旗仪式,亚残运会正式进入“杭州时间”。

●10月20日,杭州举行体育健身项目展演,以此迎接2022年第19届亚洲运动会和2018年第14届FINA世界游泳锦标赛(25米)。

>>>更多精彩赛事活动详见本期《杭州体育报》

非遗+老底子游戏 杭州这场体育大会韵味十足

观看过西溪船拳、天罡拳等传统体育项目展演吗?欣赏过莲响、滚灯、竹马这些民间舞蹈汇演吗?玩过钻长凳、打陀螺、滚铁箍等老底子游戏吗?来江干,这些非遗项目统统看得到。

日前,杭州市首届非物质文化遗产传统体育大会在江干区拉开帷幕。大赛上既有高手过招,现场还有各类非遗项目的演出及展示。

江干打莲响、淳安竹马、富阳舞龙、萧山高照、西溪船拳、余杭滚灯、建德天罡拳、彭埠抖空竹等杭州传统体育、游艺

与杂技类,传统舞蹈类非遗项目一一上演。“有胜会就必有大旗,在我们当地叫‘高照’。今天的‘高照’有15米长,寓意风调雨顺、国泰民安。”展演者傅乃成今年69岁,来自萧山河上镇,其父亲就是一位“高照”高手。“高照”是国家级非物质文化遗产“龙灯胜会”元素之一。

而老底子游戏竞技是本次大会的重头戏。比赛环节设钻长凳、踢“房子”、走和尚棋(即“粪坑”棋)、打陀螺、滚铁箍、擗春子、踢毽子7个老底子游戏项目。13个区县市各自组成代表队,从中挑选

4项,单人竞赛,角逐一二三名。

现场可以看到,参与比赛的大多数是60后、70后以及80后。比赛现场同时还设置了体验区,不少感兴趣的观众上场互动,感受了一把儿时的回忆。

“我们小时候没有玩具,就敲一些砖瓦来擗春子,玩法多样,比如‘翻天’、‘扫垃圾’等,技巧比现在更复杂,我们这一代人很多都会玩,还乐于其中!”参赛选手应宝娜今年62岁,特意从五堡赶来参加“擗春子”比赛,提前准备了十多天,每天锻炼50次。(通讯员 李凌婧 路清华)