

无敌风火轮、毛毛虫竞速热闹来袭 36支社区战队上演体育技能大比拼

寒风飒飒,却挡不住社区居民参与体育健身的热情。近日,温州市体育中心人头攒动,热闹非凡。温州市第二届全民运动休闲大会暨2017温州社区运动会总决赛在这里激情上演。当天,来自鹿城、瓯海、龙湾三个区的400多名社区居民齐聚一堂,组成36支战队,角逐本届社区运动会的最终大奖。

无敌风火轮、毛毛虫竞速,比赛项目趣味十足

当天上午,比赛还未开始,不少参赛社区居民就提前一个小时到达了现场,站在跑道上进行“战术演练”,热情的观众把现场围得水泄不通。上午9时30分,总决赛开幕式正式开始,宽阔的跑道上,精神抖擞的代表队一字排开,蔚为壮观。

首先举行的是“无敌风火轮”比赛项目。根据比赛规则,行进途中,



风火轮须垂直地面,全队队员须踩着圈带前进。只见比赛中,大南街道虞师里社区代表队训练有素,步履一致,最终率先到达终点。广化街道集善社区代表队虽多次摔倒,远远落后,但发扬了“不轻易放弃”的体育精神,坚持到比赛结束。

最受孩子欢迎的比赛项目是“毛毛虫竞速”,比赛场面异常激烈,现场

不绝于耳的加油声、喝彩声让比赛达到了高潮。比赛开始前,6名队员骑在比赛器材上,双手把住固定把手立于起跑线。裁判发令后,瓯海区新桥街道金蟾社区代表队齐喊“一二”的口号,奋力冲向终点。整场比赛虽然激烈,还有参赛选手摔倒,但现场欢声笑语不断,选手们在比赛中增进了友谊。

比赛场成了社区居民“欢乐海洋”

比赛过程中,不少队员因为行进速度过快,导致手脚不同步,略显窘态的姿势引得众人捧腹大笑。围观者中也不乏帮忙出点子的“军师”,“你们喊统一的口号,肯定不会摔倒”、“前面的人不要跑的太快,后面的跟不上”,现场气氛融洽欢快。

最后一项比赛项目是同心合力颠球比赛。该项比赛10人一组,一

人负责拉绳颠球,颠球时选手的手只能拉着绳端的拉环,不允许擅自缩短绳子长度;颠球开始后鼓不得落地,球飞离鼓面后,不得将鼓摔落在地上;各参赛队员要在2分钟内颠球,不计掉落次数,最后颠球总数。“球要颠低,布要扯得紧。”经过一番琢磨,蒲州街道代表队互相交流起了参赛心得。在比赛中,队员们渐渐找到

感觉,颠得越来越好,还有不少淘汰的参赛者自己玩了起来。“快帮我拍一张”、“看我的造型”、“大家一起跳起来”,比赛间隙,主舞台成为社区居民凹造型的秀场。

家住新桥街道的林女士观看了比赛后感到非常惊喜,她说:“这么冷的天大家还能发挥得这么精彩,很不容易,必须为运动员们点赞!”

凌晨5点半排队 冬天的杭州人竟这么爱玩

前几天,杭州西湖结冰的消息在朋友圈被刷屏,据杭州市气象台发布的数据显示,三潭印月湖面结冰近3万㎡,要知道西湖上一次达到如此大的结冰面积还是7年前。这几天的杭城的气温就是-4℃、-5℃、-6℃,不断下降,让人只想待在被窝不动弹。

然而偏偏有些杭州人不怕冷,反其道而行之。就在杭州城东公园室外游泳池,一场凌晨5点,-5℃气温下的冬泳活动吸引了许多杭州市民参加。

在杭州城东公园室外游泳池的墙上挂着每天的气温、水温表,提醒冬泳爱好者及时关注气温和水温。杭州市冬泳协会副会长黄星霞说:“这里应该是杭州市唯一开放的室外游泳池了。每天早上5:45开放,5:30就有人等在门口了!”

每天早上,大伙儿开游前干的第一件事就是敲冰。因为这几天晚上气温低,整个池子有五分之四都结冰了。大家费了九牛二虎之力才敲出了一小块地方,然后一群60后欢快地跳进池子里打起了水仗,玩得像个3岁的孩子。当然这种气温也有人刚下水的时候冻得“仰天长号”,可叫唤完就一个猛子扎进了水里,泳池里面人群起伏,清晨6点,就有不少人已经游了好几圈了。

冬泳爱好者吴南屏今年五十岁,这几天她几乎上午游一次,下午游一次,她说:“我们协会大部分人都游了三四十年了,五六十年来不少见。我参加冬泳项目才2年,有空那我就多来练习。”

黄星霞表示,越是冷的天气,参加冬泳的人反而越多。她说:“冬泳协会目前有100多人坚持冬泳,大部分人已经坚持了很多年。年纪大的会员一般都在这个池子(杭州城东公园室外游泳池)游个一两个来回,有个年轻小伙子特别厉害,一游就是8个来回。他们这群‘忠实粉丝’少游一天就难受。”

社区运动会引领社区居民健康生活新潮流

“本次趣味项目比赛,是对社区群众风采的一次检阅,激发社区群众对全民健身运动的兴趣和热情,提高市民健康素养,引领健康生活方式,更是新时代全民健身与健康中国建设的生动实践。”温州市体育局副局长冯志良说。

自去年举办首届社区运动会以来,该项品牌赛事已经成为引领温州社区居民健康生活新潮流。连续两届参赛的小谢说,“我觉得社区居民很需要这样的舞台,不仅能锻炼

身体,还能将运动变成一种生活方式,希望今后要多多举办。”家住市区新府家园的林阿姨表示,这是她首次体验这样有趣的社区运动会,项目设置很有趣,也很适合社区居民,希望明年还要继续办下去,增加更多亲子项目。

据了解,本届社区运动会自2017年11月份启动以来,采用线上线下联动,得到了温州市体育局和鹿城、瓯海、龙湾区体育局等有关单位及街道、社区的大力支持。短

短的2个月时间内,该项活动进入40多个社区,走进温大瓯江学院、温州商学院等高校,举办多场别开生面的社区运动会,广大的社区和高校成为本届社区运动会的主战场,取得了良好的效果,受到广大居民和高校学生欢迎。活动主办方透露,接下来还会继续举办融综合性、趣味性、竞争性于一体的社区运动会,增加社区居民之间的互动和交流。

(通讯员 铭舒)

校园马拉松 磨炼青春之心



近日,一场校园马拉松在江山中等专业学校激情上演。近千名学生随着一声发令枪响,从学校广场跑步出发,途经上余镇前湖、湖川头等村庄,最后回到学校,全程共4千米。据悉,江山中专近年来每年都会举办“迎新春”越野跑活动。“冬季越野跑不仅有助于增强学生体质,更可以锻炼学生不怕严寒的意志。”该校校长蔡之青说。

(通讯员 郭超婷 文/摄)

(通讯员 曹亮红)