

市委书记和近千市民一齐健步走 海宁用一场迎春登高拥抱新时代

阳春三月,正是春暖花开、草长莺飞的好日子,去踏青健走显然是不错的选择。3月11日下午,以“登高迎新春,拥抱新时代”为主题的2018迎春登高健步走活动在海宁东山森林公园举行。活动现场,海宁市委书记朱建军等与近千位市民迈开步子,呼吸森林氧吧的新鲜空气,用运动迎接春天的到来。

近千市民登高感受海宁之美

当天下午,东山森林公园阳光明媚,鸟语花香。健走的人们迈着矫健的步伐,沿着山间小道拾级而上,身影穿梭在绿树丛中,一边走一边欣赏风景,格外惬意。公园广场上更是热闹非凡。近千位市民身着运动服,脚蹬运动鞋,聚集在一起等待出发。据了解,参加本次活动的除

了自发报名的市民外,还有27个体育协会的成员。他们在现场与市民进行了篮球、轮滑、瑜伽等互动。启动仪式上还有健美操、柔力球、太极拳等精彩表演。

随着出发口令的响起,参与活动的市民从东山森林公园广场出发,一路沿着健走步道向前,全程共4公里,途经4个打卡点,健走步道两侧精心布置了指示牌作为引导。途中,一些平常爱锻炼、身体素质较佳的市民一路争先,不一会儿就爬到了半山腰。也有一些喜爱音乐的市民带上了乌克丽丽,边走边弹,成了一道靓丽的风景线。

健身不分年龄,小朋友兴致高

在健步走途中除了前来参加活动的除了成年人外,也不乏年幼的小

朋友。轮滑协会的一名工作人员就带着儿子悦悦参加了本次活动。悦悦妈妈说:“悦悦还在上小学,与同龄人相比有些胖。我们为了锻炼他的体能,帮助他减肥,这两个月一直带他去健走,所以他爱上了这个活动,一早就叫嚷着要和我一起来。”

当日行程虽然让年少的悦悦觉得有些吃力,不过,在妈妈的鼓励下,他还是在稍作休息后又迈开了步伐,努力向前冲刺。

6岁的欣欣也在爸爸和奶奶的带领下参加了本次活动。别看小丫头年纪小,但她兴奋地表示自己一定不给长辈拖后腿。“平时,我们很注重提高孩子的体能,也经常带着她参加体育锻炼,所以今天的里程数对她来说应该问题不大。”欣欣的爸爸笑着说。

全民健身理念逐渐深入人心

下午2点半左右,许多市民陆续到达了终点,比预计的时间早了许多,并且精神儿都不错。与去年在鹃湖畔举行的第一届健步走活动相比,这次活动的参与人数更多,热情更高,完成情况也有了很大提升。

随着海宁市“全民健身计划”的开展,全民健身理念的不断推进,市民的身体素质进一步提高,健身意识也不断增强。再加上海宁市生态文明建设,又为市民开展各项健身活动提供了良好的环境。近年来,东山森林公园、鹃湖公园、李善兰公园、洛塘河绿道等地,健身的市民越来越多,大家或开展健步走,或打起太极拳,或跳起广场舞,以各种方式增强体魄,感受新时代的品质生活。 (通讯员 胡雯玲)

金华市泳协做足水文章,致力传统体育文化传播 这场龙舟培训让留学生们上了瘾

3月11日,初春的婺江旁,一群肤色各异的外国友人兴致勃勃地体验起传统龙舟项目,吸引了不少市民驻足围观。这些外国友人都是浙江师范大学的留学生,出于对中国传统文化的热爱,纷纷报名参加本次金华泳协龙舟社会指导员“五进”培训活动。

本次培训邀请了原国家皮划艇队队员、浙江省著名龙舟教练赵国涵作为龙舟指导员。大家在赵教练的指导下有板有眼地划起来了。不少留学生们都是第一次见到这阵仗,他们对精致的龙舟不吝赞美之词,兴奋之情溢于言表。

来自孟加拉国的山都在参加本次活动前还特意上网搜索了龙舟,并

了解了龙舟的历史。他说:“这是我第一次现场看见龙舟,觉得非常漂亮,此前我也对中国的龙文化有一点的了解,当我得知龙舟运动有着5000年的历史时,我只能表示惊叹。”

浙江师范大学国际学院的教师阮蓓怡是这批留学生的领队,她说:“浙江师范大学为这些来自世界各地的留学生安排了一年的文化课程,本次活动正好能让这些同学更直观地了解和体验到中国文化。不少同学非常热衷于参加中国传统体育文化活动、了解中国的风土人情,这样的集体活动也有利于培养这些来自不同国家和地区同学们的团队协作精神。”

阮蓓怡提及的团队协作精神很快就在接下来的活动中体现出来。初次接触龙舟难免有些不得要领,划桨动作各异,频率快慢不一,龙舟也行进得较为艰难。但是经过了一些时间的熟悉后,留学生们开始认识到龙舟鼓声的作用,他们随着鼓声有节奏地挥桨。龙舟经过齐心协力的推动,行进得流畅起来。

经过了近两个小时的学习之后,留学生却还意犹未尽,希望能再体验一会儿。波多黎各的留学生罗伯托感叹道,通过这次体验,除了近距离接触到中国传统文化外,还感受到了龙舟运动中团队协作的重要性。罗伯托说:“虽然划的时间不长,但我已

经爱上了这项运动。也要感谢这次活动的组织者,能让我们感受到中国传统文化的魅力。”

活动结束后,市泳协的负责人表示,金华市有着丰富的水域资源,再加上“五水共治”等举措对金华水域的改善,婺江水质也越来越好,三江六岸独特的水域非常适合龙舟竞渡活动,在这样的条件下,他们除了要传承龙舟这项运动,更要推广这项运动,让龙舟走进千家万户,乃至走向国门,走向世界。据了解,在接下来的时间里,市泳协还将举办一系列龙舟活动以及龙舟比赛,也希望更多的市民能够参与到这项传统运动中来。 (通讯员吴瑜涛)



环保骑行去植树

日前,为响应台州市自行车运动协会提出的添绿新台州号召,台州市自行车运动协会松门分会的骑士们在台州湾野生动物园参加义务植树活动。当天早上8时许,松门分会的20多名骑友从协会基地出发,骑行46.17公里与来自台州各地的110名骑友,种下了金桂和红豆杉共312株。当天下午,骑友们又原路返回,累计骑行90多公里。植树现场,大家都为“松门骑士”的热情点赞。

(通讯员 江文辉 文/摄)

< 订阅号

@温州

本报讯 日前,温州市武术协会赵氏擒拿研究会成立暨浩创武轩国术馆开馆仪式举办。温州武术界各拳种代表人物、40余个武术团体共计200多人齐聚一堂,共同见证这一盛典。

(温体)

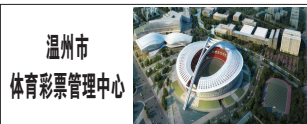
@武义

本报讯 日前,武义县首届妇女运动会在壶山小学举办,来自全县各条战线的妇女同胞欢聚一堂,以激情四射的精神风貌展示了全县妇女体育健身活动广泛开展成果。

(通讯员 陈芳)

战略合作伙伴

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