

健康生活“万步有约” 马桥掀起美丽乡村全民“健走风”

“生命在于运动，跑步是我健康快乐的源泉。”近日，海宁市马桥街道“万步有约”全民健走大赛上线第一天，获得微信运动榜第一的是来自新塘村的黄超，看到自己的微信封面登顶大赛朋友圈，颇为开心。

为了引导群众加强锻炼、增强体质，今年马桥街道将“健康有约”工程纳入政府十大实事项目，其中“万步有约”全民健走大赛就是其中之一。

这项活动从8月8日持续到10月7日，每个马桥街道居民都能参加，只要通过微信添加“健康马桥”微信号，

就能成为“参赛选手”，每天在微信运动榜积累的步数就是参赛成绩。这期间将根据“微信总步数”“登顶总天数”等数据统计，评出“健走擂主”“健走状元”“健走达人”等多个奖项，分别给予一定的奖励。

活动首日一放榜，朋友圈就被大家所晒的步数刷屏了，参赛者纷纷点赞。“加入这个比赛，我才知道每天走2万步根本不算多，要想得到奖励，我还要加倍努力！”来自利众村的网友“悠然见南山”说，这几年村里的生态环境好了，他每天傍晚都

会去洪家弄党建生态公园散步，沿着湿地、村道走，体重减轻了，精神状态也好了，加入“万步有约”比赛后，更激起了求胜欲。现在，他已经将比赛推荐给了十几个亲友，约大家一起来运动和冲奖。

第一天取得胜利的黄超，总共走了40619步，与第二名拉开了近一万步。这么多的步数从何而来？原来，黄超是一名“运动达人”，每天能在运动软件上“打卡”10千米，节假日一有空还会约朋友一起去参加马拉松，因此每天4万步对他来说很轻松。“我们

经常跑步，已经掌握了一些运动技巧。如果大家刚开始锻炼，就要注意适度，否则会对膝盖造成损伤。”黄超建议道，他希望这个活动能吸引越来越多的人参与，通过运动每个人都能拥有健康的体魄和愉悦的身心。

“举办‘万步有约’活动，是为了倡导健康文明的生活方式，把以治病为中心转变为以预防为中心，建立健全健康教育体系，提升全民健康素养，推动全民健身和全民健康深度融合。”马桥街道卫计办相关负责人说。

（通讯员 万 姗 陈之睿）



武林小高手 赛场竞英姿

日前，“和也杯”2018年嘉兴市第九届武术比赛在嘉善县体育馆落下帷幕。据悉，共有来自全市49支代表队近千名运动员参加，最小参赛选手年仅才5岁。本次比赛进行了太极拳、江南船拳、咏春拳等多个拳种、器械规定动作和自选动作的武术套路比赛。

通讯员 胡凌翔

奥运展品 重温辉煌

今年恰逢北京奥运会10周年。8月8日上午，国网嘉兴供电公司举行了一批奥运主题的藏品展示，北京奥运火炬、金玉章、首日封……一件件藏品，仿佛把人拉回到10年前的夏天。

据了解，这些藏品均来自于国网嘉兴供电公司的退休人员吴来宝，今年已经78岁高龄，他的另一个身份则是2008年北京奥运会的火炬手。

吴来宝一直热衷体育活动，特别是游泳、登高和自行车，曾多次被评为国家、省、市等各级运动会的群众体育先进代表，是嘉兴体育界的“红人”。2007年8月的一天，他接到了嘉兴市体育局工作人员打来的电话。电话告知，奥组委经讨论后，将嘉兴市唯一一个奥运火炬手名额给予了吴来宝。

“幸福来得太突然了。”回想起10多年前的这一幕，吴来宝依然很激动。此后，他更积极地投入体育事业。2008年5月22日下午，作为嘉兴第8棒接力者，吴来宝手擎圣火，意气风发，跑过了会景园门前路段，将圣火安全交到下一棒。

吴来宝对奥运会拥有一份特殊的感情，生活中他时时留意身边的“奥运元素”。10年来，他收藏了北京奥运会相关的纪念品近百件，其中大部分是金银纪念章、邮票、首日封等珍贵藏品。

“这次办理奥运藏品展，可以让我们重温奥运精神，更好地建设国家电网，为广大用户提供更好的服务。”一名前来观展的电力员工表示。

（通讯员 骆颖叶 王晓婷）

嘉沪门球传友谊 嘉兴、上海门球对抗争霸赛完美收官

本报讯 近日，嘉兴、上海门球对抗争霸赛在嘉兴市明月公园门球场举行，来自嘉兴、上海两市的9支门球队队伍参加了此次比赛。

本次争霸赛分2个阶段进行。第一阶段为小组循环赛，两地球队混编成A、B两组，循环对抗，按积分高低

确定小组名次。第二阶段为决赛，A、B两组同名捉对厮杀。

嘉、沪两地全体参赛队员以切磋球技、相互交流、增进友谊为共同目标，给观众献上了一场高水平的盛宴。场上，运动员攻防有序、激烈比拼；场边，观战队员全神贯注、加

油呐喊。最终，嘉兴建行门球队夺得第一。

值得一提的是，海盐县门协门球队虽然无缘本次争霸赛，但队员们不想错过这场家门口的门球盛会，抱着观摩学习的心态前来观战。

（通讯员 马国良）

挥洒汗水 收获快乐 市民运动会羽毛球比赛精彩纷呈

本报讯 上周，嘉兴市第六届市民运动会羽毛球比赛全部结束。场上的运动员们不仅挥洒了汗水，也收获了运动带来的快乐。

男团、女团的比赛在8月11日至12日举行，来自全市各县市羽协和俱乐部共38支队伍的300多名羽毛球爱好者在极动体育健身中心参加了为期3天的比赛。经过激烈角逐，获得男子团体前3名的是寰羽先锋、融通驾培、海宁鑫泰城，获得女子团体前3名的是非凡体育w2、极动体育、非凡体育w1。

在早些时候进行的各年龄组男单、女单和混双等单项赛中，天气的炎热并没有挡住大家的热情，哪怕一天下来汗湿了好几身衣服，大家也乐在其中。

本次比赛中，笔者发现了不少大学生运动员。钱卢意和李喆是一对情侣，都在浙江财经大学读书。李喆说因为女朋友是桐乡人，暑假就跟着她来打这次比赛了，也是为几天后的大学生运动会热身。他们不仅都报了单打，还结伴打混双，尽可能把自己的实力和潜能释放到极致；夏华柱是嘉兴

学院毕业的，为了这次比赛他特意提前一天从杭州过来，虽然未能进入前8名，但也很过瘾。他表示，现在嘉兴打羽毛球的气氛和球友的水平突飞猛进，以后会经常回嘉兴打球。

除了一批年轻人，老年球友依然吸引眼球。比赛时，精彩的老年组双打决赛现场引来全场雷鸣般掌声。中年组里最值得一说的是被球友形容为“媳妇熬成婆”的周峭峰，他靠着严防死守和适时进攻最终夺得该组男单冠军。

（通讯员 王 燕 张振翼）