

体育活动扎堆来袭,你约了哪场?

通讯员 李 平 李叔颖 本报记者 梅易寒 洪 漩

虽说已然入冬,但是市民们的运动热情却居高不下。本周末,“农夫山泉杯”浙江省全民健身第二届生态运动会将登陆三门沙柳街道船帮里村。而在下周末,由央视5套全程直播2019嘉兴国际马拉松,又将带着全国观众领略红色嘉兴的独特魅力。

青蟹花蛤之争等你来战 生态运动会即将登陆三门

11月16日,由浙江省体育局、浙江省文化和旅游厅、浙江省生态环境厅、浙江省农业农村厅、浙江日报报业集团联合发起,体坛报联合承办的“农夫山泉杯”浙江省全民健身第二届生态运动会将登陆三门沙柳街道船帮里村,与你共享海边秋日运动之美。

都说三门秋天的味道,是青蟹的

鲜味。这回,青蟹将换一个身份,在“催蟹奋进”的特色项目中作为运动员参赛——每队派1-2人手握青蟹站在特制跑道的起点处,将青蟹放在起点处进入比赛状态,3分钟内先到达终点或者接近终点的青蟹名次列前。

除了青蟹,花蛤也将参与其中。在“沙滩捡蛤”项目中,一队4人需要同时站在踏板上,快速到达终点,然

后退出踏板捡花蛤,全队需要捡满100只放入桶内,最后带上装满花蛤的桶以同样的方式返回起点。

除了这些特色项目外,“最多跑一次”“‘绳’采飞扬”作为每站的规定项目,也会再次与大家见面。是不是已经摩拳擦掌?11月16日,让我们相约船帮里村开启一场渔村生态运动之旅吧!

嘉兴国际马拉松蓄势待发 奖牌服装惊艳亮相

2019嘉兴国际马拉松将于11月23日在嘉兴市市民广场鸣枪开跑。嘉马开跑已进入最后倒计时,关于赛道如何设置?跑服和奖牌长什么样?这届嘉马有什么新鲜玩法?11月8日上午,2019嘉兴国际马拉松发布会上统统揭晓。

截止目前,2019嘉兴国际马拉松报名已全部结束。届时将有15000名选手嘉兴追梦奔跑,其中包括来自埃塞俄比亚、美国、俄罗斯、日本等16个国家和地区的47名外

籍选手。号码簿、芯片以及参赛服装等竞赛物品将于比赛前三天(即11月20日至22日)在嘉马博览会上统一发放。

嘉马参赛服共分为红黄两色,印有赛事主题“追梦奔跑、幸福嘉马”字样。本次比赛还组织了“党员方阵跑”,他们的服装上印有党徽及“红船魂”字样,寓意全体党员“永葆红船魂、永远跟党走,共筑中国梦”。此外,奖牌采用古建筑屋檐造型,图案主要融入了嘉兴子城、壕股塔等地标

建筑,以及象征中国革命之源的南湖红船。

嘉兴市公交公司在比赛期间开通了赛事摆渡专线全力保障嘉马,比赛当天,参赛选手可凭借号码簿免费乘车。

赛事前一天(11月22日),嘉马还将举行“凤凰行动”上市公司高峰论坛,将马拉松赛与财经论坛结合,这在国内尚属首次。赛事当天,上市公司高管们也将嘉马的赛道上一展风采。

乐“学”在黄龙

黄龙这堂体育课“壁”须精彩

本报记者 洪 漩

天气渐凉,黄龙体育中心为大家奉上的超豪华体育“大餐”依然“热气腾腾”地继续着。上周六,黄龙体育课壁球课在黄龙体育中心训练馆壁球馆开课。一群小学员在教练的指导下,面对墙壁上演了一场“战斗”。

课上,来自世界壁球联合会(WSF)一级教练、杭州市青少年壁球队的总教练秦晋凭着幽默风趣且温柔的教学方式,让不少初次体验的小朋友倍感亲切。“作为首堂体验课,对孩子来说最主要的就是一个字——玩。只有在玩中激发兴趣,才有可能更加深入地探索壁球这个项目。”秦晋介绍,壁球是起源于英国的一项室内运动,对学员的耐力,爆发力,专注度、柔软度都会有很大的帮助,线路多变,趣味性很强。

来自滨和中学初一年级的潘云泽打起壁球来,帅气的身姿还真有点韩剧里“小欧巴”的气场。“我从小学起接触壁球项目,觉得哪怕没有搭档,也可以自娱自乐。特别是对我的灵活度、体能和专注度都有了很大提高。”

家长金红霞说道:“孩子对这个项目十分感兴趣,每周都会去练习。在训练过程中,孩子的视力似乎都有所提高。今天有着那么专业的教练进行指导,相信她会有不一样的收获。”

训练课结束后,2019“黄龙杯”青少年壁球邀请赛紧接着登场,本次赛事吸引了来自全国各地多个城市的选手前来交流。“近几年壁球运动在全国发展势头迅猛,壁球运动作为小快灵项目非常适合中国青少年,浙江省青少年壁球一直在全国处于领先地位,黄龙壁球课和‘黄龙杯’青少年壁球邀请赛积极邀请全国各地小朋友与我们积极交流,为小朋友互相学习交流提供了一个非常优质的平台。”秦晋介绍。

本次比赛也是黄龙体育中心首次尝试举办全国性的青少年壁球比赛,未来黄龙将继续增加青少年壁球项目的推广力度,让更多小朋友能够享受壁球运动带来的乐趣。

非凡新秀

日前,“中国体育彩票”2019年宁波市奉化区“桃花杯”气排球新秀赛,在浙江省气排球活动基地奉化弘奥气排球馆落幕。共有来自全区的18支代表队180余位气排球新秀们参加本次气排球赛。

通讯员 周 力 文/摄



为体育保健与康复专业学生搭建实践平台 浙江体育职业技术学院注重培养实践能力

本报记者 苏誓哲

高校人才的培养,除了要有扎实的专业知识储备,还应重视实操动手能力的训练,特别是对于一些实践性较强的专业。本学期,浙江体育职业技术学院成立了运动医学与体育保健康复教研室,面向2017级体育保健与康复专业学生,开设《运动康复技术》《物理因子疗法》《运动伤害防护与急救》三门课程的理论与实践课程。

教研室设在浙江体育职业技术学院附属体育医院,由附属体育医院直接管理,并接受学院教学与学生管理处、体育系等职能部门的业务指导。

“运动医学教研室的建立,目的是使体育保健与康复专业课程的专业特色性进一步增强,以及该专业师资力量逐步满足教学的需求。”体育医院运动医学副主任医

师、运动医学与体育保健康复教研室主任许鑫介绍,目标是培养一批既能服务运动队又符合市场需要的体育保健康复人才。

据介绍,教研室目前有兼职教师6名,后备教师11名,本学期开设的3门课程均由16个学时的理论课程和4个学时的实践课程组成,以后会根据需要逐步提高实践课程的比重。