

首次尝试“体育+商圈”模式 省社会体育指导员共聚宁波江北交流技能

本报讯 由浙江省体育局、省体育总会主办的省社会体育指导员交流展示大会于12月20日-22日在宁波市江北区万达广场举行。本次大会在宁波市江北区万达广场举行,江北万达广场占地9万多平方米,是汇聚吃、喝、

玩、乐、购于一体的大型城市综合体。这场群众体育“领头雁”的盛会筹备情况如何? 将有哪些精彩活动? 大会首次尝试“体育+商圈”模式将体育元素融入商圈发展,激发全民运动的兴趣。本次大会将举办社会体

育指导员先进事迹宣传,由各地市推荐1-2名社会体育指导员并提前录制个人志愿服务视频。视频以故事的形式,讲述身边社会体育指导员的事迹或本人的健身指导志愿服务经历。此外,大会还将进行技能展示和

评比活动。技能展示项目自选,要求具备科学健身功能、群众喜爱,适合在体育场馆、舞台展示或表演的项目。在选拔技能展示评比中得分前12名的项目还将参加表演晚会,表彰2019年度最美社会体育指导员。(江体)

锻炼效果如何一测便知 体育达标测试助市民更加了解自己

日前,宁波国家体育锻炼标准达标测试在市体育中心田径场举行,212名宁波市民参与了体育达标测试。经过3个多小时的测试,宁波市社会体育指导中心工作人员表示,测试结果非常好,优秀率达到70%。本次参加测试的人员以市直机关工作人员和长跑协会、健身气功协会会员为主。年龄为25-69岁人群,被分为壮年组(25-59岁)和老年组(60-69岁)。测试分为五类:速度、耐力、力量、灵敏和柔韧。测试项目包括:25米

4次折返跑、30秒跳绳、1000米跑、俯卧撑、立定跳远、十字象限跳和坐位体前屈。壮年组选择一项测试,老年人五类均测。28岁的方勇每天坐办公室,他很庆幸身边有一帮热爱运动的同事,在当天的测试中他全部达标。“我小时候体育并不好,我的同事都是运动达人,我有空就和他们一起锻炼,身体状况比以前好很多。”崔敏33岁,白领丽人,和方勇正好相反,她曾经身体素质很好,现在

大不如前。“仰卧起坐测试成绩才37下,我以前一分钟能做五六十个,刚才怎么也起不来。”崔敏说自己来测试前曾临时抱佛脚,但效果不佳,“这次测试给自己提了个醒,回家后赶紧动起来。”宁波市社会体育指导中心负责人王丹明表示,通过测试,让大家了解自己锻炼的效果,并知晓自己相对薄弱的环节,以后可以更有针对性地选择运动方式和运动项目。(通讯员 邹鑫)

NEWS

短消息

@宁波

本报讯 日前,2019年乒乓球国家一级裁判员晋级考试在宁波举行,共有来自全省各地市乒协、大乒协、中乒协选拔出的90名优秀二级裁判员参加了本次晋级考试。

(通讯员 高倩)

@宁海

本报讯 近日,2019年宁海县第十届篮球俱乐部联赛落幕。本次活动历时24天,共计32支代表队,510人次参加,是宁海历年来规模最大、时间最长、水平最高、参赛人数最多的一次篮球比赛。

(通讯员 王怡婷)

@象山

本报讯 近日,象山县单项体育协会又添新成员——象山县长跑运动协会成立。至此,象山县单项体育协会组织增至24个。成立大会通过了协会章程,决议选举产生了第一届理事会会长、副会长、秘书长。目前会员人数为145人。

(象体)

@海曙

本报讯 日前,宁波市海曙区民政局印发《关于2019年度海曙区社会组织等级评估结果的通知》。宁波市海曙区羽毛球协会、棋类协会、长跑协会、自行车协会等四家协会获评3A级社会组织,跆拳道协会获评4A级,2018年老年人协会获评5A级社会组织。

(海体)

@鄞州

本报讯 近日,鄞州区潘火街道东南社区“汇东南,绘明天”趣味运动会在泗港小区的篮球场举行。东联物业、联合物业、龙湖物业以及社区工作人员组成四个队伍,大家齐聚一堂,享受了一场健康又快乐的文体大餐。

(通讯员 陆婴)



为弘扬优秀传统文化,丰富青少年课余生活。近日,镇海区围棋协会在招宝山街道世博文化广场举行了迎新年社区青少年围棋公益活动,来自辖区内的40名小朋友参加活动。
通讯员 朱恒文/摄

高水平训练营开营 世界各地乒乓小将集结宁波

日前,2019年世界青少年乒乓球天赋选手高水平训练营开营,这意味着全球水平最高的9-12岁的乒乓球少儿选手在此集训、交流。这也是宁波市小球中心首次承办国际最高水平的乒乓球训练营。中国少儿乒乓球魔砺营今年3月进行首期集训,来自全国的368名运动员参加选拔,激烈比拼后182人脱颖而出,进入集训名单。之后训练营不断“精中选精”,本次在宁波市举行的第四期训练营队员均为2007年1月1日至2010年12月31日之间出生,分为

U9-U10组、U11-U12组两个年龄段,总计80名男女运动员参加,其中包括宁波市12名选手。本次为期20天的集训活动在宁波市小球训练中心新基地举行。新基地今年7月启用,用地面积11679.5平方米,其中包括4片网球场,20片羽毛球场,最多可容纳60张球台的乒乓球场地。该中心堪称宁波市小球运动的“黄埔军校”,挂牌于2012年5月,目前主要开展乒乓球、羽毛球、网球和高尔夫4个项目的青少年选手培养和输送工作,在最近两届省运会上分别豪取

21金(网球10枚、羽毛球9枚、乒乓球2枚)和22金(网球10枚、羽毛球7枚、乒乓球4枚、高尔夫1枚)。近年来宁波小球中心培养输送了众多优秀选手,尤其值得一提的是,除了少数尖子队员走向职业之路,宁波小球中心培养的大部分队员通过小球专业特长考取了理想的大学,高考录取率达到100%。2017年、2018年两年间,26名队员全部进入高校,其中22名升入985、211大学,4名进入体育院校。(宁体)