

健身锻炼去处多多 设施项目一应俱全 秀洲刮起时尚全民健身风

眼下,随着经济社会的发展,健身人群基数增大,掀起了全民健身的热潮。在秀洲各公园、绿道,晨夜跑成为风尚;在各大健身房,健身人群活力四射;在各村文化礼堂,排舞室、乒乓球室、健身室等应有尽有……秀洲城乡居民健身锻炼呈现出丰富多彩、欣欣向荣的景象。

全民体育健身成趋势

家住龙盛右岸名邸的陈先生今年55岁,是一名跑步爱好者,每天清晨都要去家门口的秀清公园、运河公园等地跑上5公里,再回家吃饭。去年他还报名参加了杭州马拉松,结识了一帮“跑友”。“家里人都非常支持我跑步健身,我还带动了几个老朋友一起跑。”陈先生笑着说。

体育健身成趋势,秀洲各大健身房报名火热。位于中关村广场购物中心4楼的贝菲特健身房,无论是跑步机还是其他健身器械,几乎每台都有人在使用,健身房内一派热火朝天的景象。“每天傍晚,健身房都很热闹,到了开春以后人会更多。”该健身房教练小张介绍。

公共体育设施进一步完善

很多市民喜欢饭后在公园散步,现在,秀洲不少公园添置了体育设施,市民的运动方式更加丰富了。以秀洲运河文化公园为例,经过改造

后,绿化景观得到进一步提升,公共健身设施增多,成为广大市民健身活动的理想去处。“晚上来这里跑跑步,呼吸一下新鲜空气,能缓解一天的疲劳。”家住公园附近的市民王小姐说,她经常到这里运动放松。

据了解,针对主城区的区域特点,秀洲正逐步构建以秀洲健康主题公园为核心,以春晓体育公园、秀湖生态体育公园、高桥公园、秀洲运河文体公园为基点的“一核四点”主题体育公园圈,不断满足城区居民的健身需求。“四点”的体育公园分布在主城区各处,能有效缓解秀洲主城区公共体育设施不足的问题,不断满足附近居民日益增长的健身需求。值得一提的是,今年,秀湖边的生态体育公园正在兴建,建成后该公园将成为秀洲区的标杆性体育公园。

文体建设与乡村特色相融合

随着全民健身积极性的不断提高,近年来,秀洲区启动了美丽乡村建设工程,在全力完善区域体育设施

的基础上,结合各地乡村特色,进一步优化了体育设施布点建设。

作为嘉兴市十大最美乡村之一,新塍镇潘家浜村结合美丽乡村建设,在桑梓公园旁建造了面积1300平方米的文化礼堂,融健身房、书法室、排舞室、乒乓室、室外舞台等于一体,新建了标准灯光篮球场、七人制足球场、2公里健身步道、600平方米的体操和武术广场,河道边还引进了皮划艇健身项目,美丽乡村特色与体育设施进公园有机融合,这个融乡村风貌和休闲锻炼于一体的户外健身场地备受村民和游客的好评。

“一二三四五六七八,二二三四五六七八,注意抬头挺胸……”近日,在文化礼堂排舞室内,一支精神气十足的老年模特走秀队正不断练习着走步。今年60多岁的叶林宝是这支模特队的队长。“之前我们还去参加了全国性的比赛,拿了二等奖。”叶林宝自豪地说,“这都得益于有这么好的场地给我们训练啊!”

(通讯员 潘叶萍)

好看又好玩 桐乡百姓“乐动”春节

春节期间,除了走亲访友拜大年外,有不少桐乡百姓都将市非遗馆水上戏台、农村文化礼堂作为春节假期里的必备去处。因为在这里,由非遗传承人和文艺爱好者带来的“春节大礼”,让市民们感受到了儿时那份浓浓年味。

舞龙灯、跳排舞、臼年糕、写春联……从大年初一开始,桐乡市非物质文化遗产馆便人声鼎沸。一楼的水上戏台,“放歌新时代 文化进万家——2019桐乡市乡村戏曲大展演”活动吸引了不少观众驻足,传统文化被搬上舞台,大家伙儿的乡愁记忆又被唤醒。

而在不远处的民俗活动大展演上,只听锣鼓喧天。嘉善鱼灯舞、海宁花灯、平湖打莲湘、南湖船拳、海盐腔《八仙庆寿》让市民们大饱眼福;开发区(高桥街道)的舞龙舞狮、河山镇的踩高跷、濮院镇的抬阁同样精彩,让桐乡人倍感亲切,大家纷纷掏出手机记录下来,并将这份年味分享到了朋友圈,引来无数点赞。

“我是陪着妈妈一起来的,一来就是好几天。人特别多,可见大家对传统文化的热情都很高,像这样的活动真是造福百姓啊!”当地人许晓英看着眼前热闹的场景忍不住感叹。

民需可乐之处,更需情系之所。除了非遗馆,各村庄的文化礼堂又是另一番热闹景象。在濮院镇星旗村文化礼堂,“新春唱大戏”活动也热闹开场。“虽然天气寒冷,但是我们村民的热情还是很高的,节目也很精彩,大家看得心里暖暖的。”濮院镇星旗村文化专职管理员金晶介绍,春节期间,大伙儿相约来到文化礼堂,唱歌跳舞、看书下棋,不仅丰富了大家的节日精神文化生活,更是把优秀文化的种子“种”进了村民们的心田。

如今,行走在桐乡的美丽乡村,151座文化礼堂已成为一道道亮丽风景。它们不仅是装点美丽乡村的一幢楼、一个活动场所,更是传统文化和乡村记忆传承延续的绝佳载体。

(桐体)

舞狮喜迎 “开门红”

日前,嘉兴市开发区塘汇街道某企业开工,邀请了舞狮队舞龙队进行表演。据悉,舞狮舞龙已代替传统的烟花爆竹,成为辖区内企业新的开工庆祝方式。

通讯员 王 蓉 马娟萍 文/摄



海宁70个健身设施项目今年开建 扫一扫二维码 看看你家附近有没有

本报讯 近日,据海宁市文旅体局和财政局相关负责人介绍,海宁确定将70个项目列入全市2019年度全民健身设施建设项目。

据了解,这是“全民健身设施建设项目”公布实施的第3年,市文旅体局和市财政局在对全市12个镇、街道2019年度全民健身设施建设项目申报情况进行审核和评估后,最终确定70个项目列入该计划。

10个篮球场、5个门球场、4个笼式足球场(多功能运动场)……市文旅体局相关负责人表示,相比去年,今年的计划中,多功能运动场的数量比去年多了2个。何为多功能运动场?该负责人介绍,多功能运动场是

具有篮球、五人制足球、气排球、羽毛球等多种活动功能的运动场地,可以满足市民多元化运动需求。

据悉,此次列入计划的体育设施主要分布在各镇(街道)、村(社区)文化活动中心、文化礼堂、休闲广场、公园绿地等公共场所,切切实实把健身场地搬到了市民家门口。

其实,该计划是海宁全民健身的一个“缩影”,在打造“15分钟健身圈”的大背景下,全市各镇(街道)积极完善健身设施建设,比如尖山新区(黄湾镇)积极推进全民健身活动中心的建设。据介绍,该中心占地29027平方米,建筑面积8746平方米,总投资5036万元。中心内设置

恒温游泳池、篮球场、羽毛球场、网球场、健身房、乒乓球馆、台球馆等。目前,中心主体工程已经完成,预计今年春季投入使用。

除此之外,海宁还提出“海宁市中心城区慢行系统建设三年行动计划(2018-2020)”。未来3年,计划新建城市慢行系统,涉及步行道、跑步道、自行车道,总投资数亿元。海宁逐步建成“慢行圈”,离“15分钟健身圈”也更近一步。



(通讯员 胡晓琳)



短消息

@桐乡

本报讯 日前,桐乡市卫健局、洲泉镇计生协联合桐昆集团园区厂区开展了趣味运动会。活动旨在倡导流动人口养成健康文明生活方式,让新居民成为健康生活理念的传播者,营造“把健康带回家”的良好氛围。

(通讯员 朱 旦)

@平湖

本报讯 日前,平湖市公安局举行了“凝警心·聚警力”迎新趣味运动会和“喜迎新年”家庭游园会。比赛既体现了趣味性、娱乐性,又注重竞技性和协作性,寓教于乐,充分调动了机关民警、辅警和职工们的参与热情。

(通讯员 傅佳艳)