

支付宝招95后“老年体育官”

会广场舞、钓鱼、下象棋的青年人才受青睐

本报记者 易龙吟

游轮上练瑜伽是什么体验 甬城百位达人 秀出健与美



清风徐来,身姿曼妙,当游轮遇上唯美的健身瑜伽,会是怎样的美妙画风?日前,2020宁波市全民健身季暨第六届中国·宁波健身瑜伽大会在北仑春晓的万博鱼度假区揭幕。

瑜伽是近年来流行的健身方式之一,尤其受女性的青睐。随着宁波瑜伽运动的推广,越来越多的男性加入到瑜伽运动的行列。56岁的北仑人徐信安就是其中一位。他告诉记者,自己已经练了两年。徐信安说:“只要不是下雨天,每天早上5点30到6点30我都会在广场上练习一个小时。每次都有上百人一起晨练,其中男的大概十几个。”坚持了两年时间,徐信安感觉自己“心态和身体感觉都很好”。

徐信安的队友谢健峰则年轻得多,是一名“90后”,他也已经练了一年多。“我是喜欢的运动项目都想去试试,跑步、打球、登山等都玩。我个人认为,只要科学运动不受伤,所有项目都是有好处的,关键是看能不能长期坚持吧。”谢健峰说,瑜伽还是一种很好的调节情绪方式。”

2014年,联合国正式宣布6月21日为国际瑜伽日。次年宁波便举行了首次组织健身瑜伽大会,之后每年举办一届。今年,国家体育总局社会体育指导中心专门发来贺信。本次健身瑜伽大会,20余所知名瑜伽馆、32家体育产业机构约400余人参加。活动为期两天,除了瑜伽表演和交流之外,还设有瑜伽名师分享、产业经管分享课等内容。

(通讯员 李欢腾 王波)

日前,支付宝发布了一则招聘启事,招聘的是支付宝老年大学95后青年讲师,其中一条在网上引起围观:会广场舞优先,会钓鱼、单双杠、下象棋优先,擅长和老人家唠嗑优先。

几种技能加分项,几乎都和体育有关,于是记者朋友里的体育达人们求职纷纷给各自的才艺划重点:舞蹈十级,可速成广场舞行不行?国家二级运动员,可陪大爷甩大绳行不行?不会象棋但会下五子棋行不行?

这是一个什么样的职位?为何会要求这样的加分项?是认真的吗?记者联系上了支付宝老年大学教务处负责人潘菲菲,她解释道:95后讲师在教学上主要负责给银发族设计数字生活教程,同时需要他们充当我们的社区触角,深入线下手把手教老人学用手机、挖掘身边的银发榜样,调查老年人的需求并反馈给支付宝老年大学;还会不定时提出不同的课题让年轻老师们创造性地提出解法,譬如如何让爷爷奶奶在家上网课,如何充分调动社区空间进行老年学习。

因此,95后讲师有相关的教学经验,会广场舞、会钓鱼、下象棋、单双杠等银发族技能优先,能和街坊邻里畅聊,解决纠纷就更好了。

事实上,这些体育加分项可不是招聘方凭空想象的,潘菲菲说:“我们在探讨老年人学手机的难点在哪的时候发现,除了缺乏必要的科技和互联网知识,内心恐惧抗拒也是一个重要心理影响因素。”

因此,如何让老年学习有安全感,保持老年朋友的好奇心,能和银发族打成一片就变得很重要的。根据支付宝的调查,老年人特别爱运动养身,于是便想通过广场舞、钓鱼之类的运动切入,结合课程知识点,提高中老年朋友的学习热情和记忆度。

除此之外,去年支付宝老年大学已经尝试通过广场舞等形式,拉近与老年朋友的距离。“支付宝防骗广场舞”通过广场舞,让大爷大妈边跳舞边记防骗知识点:“天降红包你擦亮眼”“盗号都这么直接啦”,既能锻炼身体,又能涨知识,还登上北京卫视首届“大妈春晚”。潘菲菲还透露,目前支付宝老年大学的所有报名的用户中,几乎每个人都有自己的一技之长。

据了解,目前这个岗位收到的简历中,将近20%的报名者擅长舞蹈、武术、跑步等。一旦录用,老年大学对予以录用的课程完成开发和录制的支付1000元/节,并颁发支付宝老年大学讲师认证。



地市体坛

王煜晖:身体力行 打造东阳“跑友之家”

王煜晖捧着书安静地坐在咖啡店一隅,气质儒雅的文青形象,令大多数人都想不到,他竟是东阳长跑界的“大神”。他是一名医生,他的另外一个身份是市长跑协会常务副会长。

东阳市市长跑协会成立于2015年6月。“长跑协会是纯公益的社会组织,会员不用交会费,只要你喜欢跑步,我们都欢迎。”王煜晖是市长跑协会的发起人之一,他说,历经5年的成长,市长跑协会的会员数量从最初的60余人增长到了1000余人,还发展了乐跑族、横店乐跑、西山跑团等20余个下属跑团。

随着市长跑协会迅速发展壮大,“东阳跑神”被越来越多的人知晓,协会拥有四大常态化的精品赛事、活动:每年3月举行“4小时山径赛”开赛、每年父亲节举行“江滨4小时接力赛”;暑期档举行的“夜跑东白山”,每年底,协会还将组织开展“东阳跑神轻越野”。

从5公里、10公里,到半马、全马,市长跑协会的会员们因为热爱,所以坚持。至今,协会中已有近20人完成百公里跑,还有极少数会员甚至能够一次性跑完100英里(约161公里),将近4个全马。王煜晖就是征服100英里的胜利者之一。

爱上长跑后,他的足迹遍布全国各地。2018年,王煜晖分别在云南腾冲高黎贡山和河北崇礼两度完成100英里赛事。“白天跑、晚上跑,比赛时长一般都在30个小时以上,这样的长跑除了考验选手体力、耐力极限,更是对选手导航能力、应急能力、心理调节能力的综合挑战。”

王煜晖说,跑步改变了他的生活轨迹,让他边跑边领略到未曾看过的风景。路,在脚下,人生的路,亦在脚下。

(通讯员 马卡佳)

水上飞人

6月23日,在海宁长安镇古运河上塘河流域,水上飞人跃出水面,做出各种特技动作,惊艳全场。

通讯员 赵颖硕 文/摄



战略合作伙伴



黄龙体育中心



浙江省体育彩票管理中心

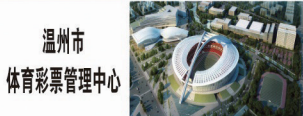


浙江体育职业技术学院



浙江省体育竞赛中心
ZHEJIANG ATHLETIC CONTEST CENTER

合作伙伴



温州市
体育彩票管理中心



绍兴市体育中心
电话:0575-8861265



大丰体育



杭州凯普体育器材有限公司

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