体坛报

2020年7月
星期一
农历庚子年五月廿三
编辑/版式:王品燚 今日正报八版

13

看懂浙江体育 喜爱体育运动

后援·主管主办:浙江省体育局 浙江省体育总会 国内统一刊号CN33-0088 邮局代投代号:31-641 (新)第4181号

新闻热线:0571-85067855 投稿信箱:ttb0571@163.com

导 读

互联网技术让嘉善这场篮球赛更具观赏性 >>>详见2版

杭城小剑客锦标赛上秀武艺

>>>详见4版

省水上运动队测试赛“热火朝天”

>>>详见7版

郑瑶赴浙江体育职业技术学院、黄龙体育中心调研——

运动员保障、亚运场馆改造“两手抓”

本报记者 易龙吟

7月9日-10日,省体育局党组书记、局长郑瑶分别前往浙江体育职业技术学院和黄龙体育中心亚运场馆改造项目现场进行走访调研。

强化体能、优化保障,全力打好“三大攻坚战”

受疫情和东京奥运会延期的双重影响下,运动员们训练备战的状态如何?有没有什么困难?7月9日下午,一直心系浙江体育健儿的郑瑶再次来到浙江体育职业技术学院,和运动员、教练员、管理人员面对面交流。郑瑶走访了重竞技、大小球类、体操、田径等训练场馆及体能训练中心,仔细了解今年以来队员们的训练情况以及保障措施。

东京奥运会备战周期以来,国家体育总局多次强调要强化基础体能训练,恶补体能短板,因此体能成为今年各队训练的重中之重。田径场上,体操队队员们正在进行一场体能测试,这也是今年复训以来队内的第二次体能测试。“每周要出操吗?伤病情况怎么样?”郑瑶向体操系主任庄晓鹏仔细询问了几位重点队员的近况并强调,体能训练不光要练,更要通过对每月一次体能测试数据的科学分析,精准地、有针对性地补短板、强弱项。

田径队同样正在场上热火朝天地训练,教练沈盛妃说:“疫情开始时,队员们心态有些波动,但经过近期的训练和心理辅导,大家都调整到了一个比较好的状态,求战欲望很强。”针对这一情况,田径系主任王孺牛提出,希望参照国家队的标准,通过合适方式举办队内体能测试赛。郑瑶在现场给予答复,在安全可行的前提下,体能测试不仅要搞,更要搞好。在国内比赛大量取消的背景下,运动队应当创新方式方法,通过举办队内赛、测试赛等方式,激发运动员的竞技状态。局机关和直属单位都可以前来观赛、加油,努力营造比赛气氛和备战氛围。

体能训练房里,摔跤队正在进行专项训练,郑瑶认真查看了体能训练设施设备后指出,要加快推进现代化的体能训练中心建设,体能训练中心的改建要与设施设备的智能化提升同步进行,助推训科医一体化发展。不久后,一个现代化、智慧化的体能训练中心将为运动员训练提供更多助力。

强大的体能储备是夺金夺牌的保障,郑瑶说:“要认真学习把握科学的体能训练方法,做到体能与专项技术训练并重。强化体能要落实到每位运动员身上,但是各队要根据自身的项目特点,提出有针对性的体能测试方案。测试标准要对标国家队,做到高标准、严要求。”

针对调研时各运动队都反映了全运会可能出现规则改变的情况,郑瑶指出,学院要针对规则的变化,提前做一个全面、系统的分析,提出应对措施和预案。“局备战办、各训练单位要和总局方面保持常态化的联系,及时了解掌握信息,认真研究分析,并及时反馈我们的意见。”

(下转3版)

创纪录

昨日凌晨,在巴塞罗那客场对战巴拉多利德的比赛中,梅西完成破门。加上这次助攻,梅西本赛季西甲进球与助攻数都已达到20,成为西甲历史首位解锁该成就的球员。

>>>更多内容详见8版

“10分钟健身圈”更加完备

杭州打造社区百姓健身免费样板

杭州有免费的“百姓健身房”吗?有的,下城区东新街道东新园社区吃了这第一口“螃蟹”。

日前,下城区首家“百姓健身房”在东新街道东新园社区正式挂牌,免费对居民开放。

百姓健身房与社会健身房相比,百姓健身房少一点商业气息,多一点群众基础。

据了解,东新园社区“百姓健身房”位于东新园小区邻里共享中心三楼,建筑面积约287平方米,设有健身器材房、操舞房、乒乓球室等。健身器材房内设有跑步机、椭圆机、动感单车、陆地划船器、坐姿推胸训练器等近20余台专业健身器材,所有器械均按照商用级别来配置。东新园百姓健身房在试开放期间的2个多月里,使用人次已超过2000多人,受到了周边居民的热烈欢迎。

下一步,百姓健身房还将不定期安排力量训练、有氧操舞、公益培训等健身讲座,技能教学、国民体质检测等配送服务。同时将设置自动感应门禁系统,配有AED急救设备,并由社区的社会体育指导员、志愿者提供技术指导,着力打造成为下城社区百姓健身的“样板房”,让社区百姓健身房成为居民身边的又一道健身风景。

2020年,下城区文化和广电旅游体育局践行“体育让生活更美好”的理念,针对辖区内人口密集、免费健身场地设施稀缺的实际情况,结合全区旧改重点工作,积极创新,拓宽思路,在辖区范围内打造6个百姓健身房、2个多功能运动场,新建和更新200多件健身设施,所有的全民健身设施都将接入浙江省全民健身地图,方便居民随时查找预约,打造更加智慧便捷、免费惠民的“10分钟建身圈”。

(通讯员 陆 婷 徐 宁)