

十大项目 十天培训 零元报名 省全民健身中心公益体育夏令营火热开营

本报记者 华雨晨 郑润鑫



暑假到了,不少家长和学生都在考虑要利用好这个长长的假期,学会一项技能,培养学习兴趣,让暑假过得更有意义。昨日,浙江省全民健身中心公益体育夏令营第一期正式开营,十大培训项目,十天时间培训,零元的公益报名的三大特点,让报名情况十分“火热”。

专程带孩子来出汗

当天开营的共有篮球、羽毛球、足球、形体啦啦操、网球、中考体育6个项目,最小的孩子才上幼儿园,站着还没球网高。但是拿起球拍,穿上培训班统一的制服还是很像模像样的。

“今年我们对教练团队的专业性进行了升级,像省队退役优秀羽毛球运动员马伯南、篮球运动员赵晟屹,

中网协专业教练王晨皓,中考体育的明星教练钱江……都会直接担任夏令营教练。”省全民健身中心相关负责人介绍,教练的专业性就像夏令营的“品控”,带领孩子们学到体育技能,感受专业的魅力。

在夏令营现场,因为运动项目的特性,即便室内场馆架着几台鼓风机在为场地保证空气流通,孩子们的衣服没过几分钟就被汗水浸透,不过依然跟着教练的口令一板一眼地抠动作。为了保证安全,相关的工作人员也在场外待命。疫情防控期间,场馆工作人员丝毫不放松,对所有孩子都进行测温,现场秩序井然。

家长叶恩惠为儿子陈奕信报名参加了形体啦啦操的课程。热身时大家围成一个圈,边慢跑边做动作,以游戏的形式开始了上午的课程。叶恩惠和孩子从玉泉赶来,准备以运动的方式迎接暑假:“儿子要来参加夏令营很高兴,早上7点多就起来

了。本来没打算参加的,后来考虑到今年疫情的原因想想还是要让小朋友出来运动一下,强健体魄。篮球、羽毛球我们之前也学过,这次就想练练形体操,让孩子挺拔一点。”

篮球馆是人气最高也是“最火热”的夏令营班级,场边的家长坐成一长排,碰到有孩子投进篮筐的都会鼓掌叫好。以篮球项目为例,第一期共有40名的孩子幸运抢到名额,根据年龄段分为3个班级进行教学训练。

报名火热要“摇号”

今年是省全民健身中心公益体育夏令营举行的第十年,其主旨是“帮助每一个孩子掌握一项受益终生的体育技能”。

据了解,今年公益培训包含十大项目,从7月13日开始,分两期推出,除了传统项目,还新增加了儿童体适能、啦啦操、击剑、武术等新内容。

第一期培训时间将从开营7月



13日至7月24日,第二期的时间为7月27日—8月7日,营期各10天,均为零费用。完全免费的培训,以及专业教练指导,使得夏令营报名情况十分“火热”,名额一席难求想抢票都要拼手速。若报名人数超过限制人数的项目,就会和少年宫招生一样用摇号的方式产生。

除此之外,今年将部分名额提供给“最美战疫人”的子女们来参加,为曾在一线工作白衣天使们的孩子提供公益培训。



“骑”出风景线

7月12日,以“浙中大花园·最美金华山”为主题的金华市机关绿水青山骑游活动在金华山举行,近300名骑行者参与活动。

通讯员 卢奕仿/文 胡肖飞/摄

挥桨斩浪 逐浪舟山 环白沙岛皮划艇挑战赛举行

本报讯 7月12日,“蓝海”杯2020环舟山白沙岛皮划艇挑战赛昨举行,来自全国各地的25位选手驾驶单人海洋舟参加了全程8.5公里的环岛比拼。

“呜——”当天上午,随着裁判笛声吹响,选手们自出发区持桨跑步50米至皮划艇处拖艇下水开始航行,一艘艘赛艇如离弦之箭滑向赛道,大家奋力挥桨,你追我赶。最终,来自江苏常州的007号选手田贻勇以53分15秒的成绩冲过终点,获得冠军,他曾夺得2018年亚洲杯皮划艇竞速赛(香港)冠军。“我接触皮艇有近三年了,在海里划行是一次全新体验。”田贻勇说,海划对技术要求更高。

来自杭州的徐春霞是省皮划艇队退役运动员,曾多次在国内皮划艇巡回赛中获得女子组冠军,她也是当天比赛第一个抵达终点的女子选手。“今天是我第一次海划,这种逐浪的感觉实在是太刺激了。”徐春霞说,下次还会带着朋友一起来。

近几年,皮划艇等水上活动在国内外各地盛行。“借这次比赛契机,有力推广了白沙岛特有的海洋风光,有利于把白沙岛打造成中国海洋皮划艇观光、竞技、培训胜地。”本次赛事负责人说。

(通讯员 夏艺瑾)

首个体育锻炼标准测试活动与全国接轨 瑞安全民健身运动会“人气旺”

本报讯 7月11日,瑞安市首届全民健身运动会夏季《国家体育锻炼标准》测试赛在瑞安市体育中心举行。作为疫情平稳后第一次面向全体市民的体育锻炼标准测试活动,瑞安市民热情高涨、积极响应,共收到236条有效报名信息。

据介绍,此次测试赛与全国接轨,实行统一项目、统一标准、统一分数、统一等级,颁发的证书也是国家体育总局统一制式。此次测试赛根据年龄分为4个组别。每个人根据不同性别和年龄,可以参加5个小组的测试,最终取得的分值可获得优秀、良好、及格和不及格的评价。

由于天气炎热,这些看起来简单的项目,对大家的体力、身体素质又多了一层考验。整整一天的测试,紧张激烈而又不失欢声笑语,最终共有143人获得优秀,其中满分人员7人。

作为获得第一张“满分答卷”的选手,35岁的徐小雷表示很满意自己今天的表现。当天上午,她先在体育馆晨跑11公里后再参加测试赛。“通过这样的测试赛,让大家清楚自己的身体素质,对日后开展健身锻炼提供帮助。同时,也让人体会到运动的快乐。”徐小雷说道。

66岁的戴振福获得了老年组的

优秀等次,他笑着介绍,通过体育锻炼,可以提高自身免疫力,这在疫情防控期间非常重要,希望大家都能加入到健身的行列中来。

据了解,此次测试赛收集到的数据将上传到国家体育锻炼标准评价系统,为相关部门下步科学开展全民健身活动及了解市民健康状况提供数据支持。瑞安市旅游和体育事业发展中心党组成员、群体科科长黄声波表示,瑞安首届全民健身运动会还将陆续推出系列群体活动,下周日将在芳庄举行铁人三项趣味赛。

(通讯员 叶丽雅 王 奔)

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



温州市
体彩管理中心



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

本报法律顾问:浙江六和律师事务所