

九月初九,体育健身庆温暖重阳节

本报记者 华雨晨 余敏刚 陈 吉

每年农历九月初九是中国传统节日——重阳节。民俗中,“九”有长久、长寿的含意,寄托着人们对老年人健康长寿的美好期望与祝愿。以这个民族传统节日庆为时间节点,我省掀起了老年体育健身热潮。

齐聚老年活动室门口 百位老体育人爱满重阳

昨天,在省全民健身中心5号楼、省体育局系统老年活动室门口举行了“岁月邻好 爱满重阳”联欢晚会,百余位省体育局系统离退休人员与省体育系统相关领导参与活动。

当天一直下着雨,下雨没有影响老同志的热情,联欢晚会现场座无虚席,不少人早早地来到会场,大家见面后兴高采烈地交谈,脸上荡漾着幸福的笑容。

随着开场舞蹈《健康快乐跳起来》的热烈表演,联欢晚会拉开序幕。

省体育局副局长吕林代表省体育局为离退休人员送上诚挚的节日祝福。随后,独唱、朗诵、器乐表演、瑜伽、中华武术等精彩节目轮番上演,在最后一首《没有共产党就没有新中国》大合唱后,晚会也达到了高潮,精彩的表演赢得了阵阵喝彩。

值得一提的是,本次联欢晚会是自今年一月省体育局系统老年活动室成立以来,我省体育局系统老年人的又一次欢聚。省体育局原局长陈培德颇有感触地说:“我省体育健儿在东京奥运会、陕西全运会上取得的优异成绩让我们这些老同志备受鼓舞。重阳节这个特殊的日子,我们在‘家’门口首次搭台表演,一方面共庆浙江体育再创佳绩,

另一方面也表达我们老同志的体育情犹在。”

晚会结束后,老同志们纷纷表示,将继续保持体育人的阳光心态、体验美好生活、传递社会正能量。

关爱中老年人游泳健康 黄龙体育中心开展公益讲座

昨日上午九点,浙江省黄龙体育中心特邀浙江省中医院心血管主任医师叶武为中老年朋友开展“情暖重阳”中老年人游泳健康知识公益讲座,约六十位中老年朋友参加。叶武从科学健身、游泳与心血管的关系等方面以生动的讲述充分满足了老年朋友对心血管疾病预防、运动保健及游泳健身等方面的知识需求,使他们受益匪浅。

此次公益讲座不仅普及了健康知识,而且进一步提高了老年人游泳健身时的安全意识,增强了老年人自我保健能力,受到大家的一致好评。

长期以来,浙江省黄龙体育中心积极参与敬老、尊老、爱老、助老。通过组织健康知识公益讲座活动,旨在进一步提高中老年人健康意识,保障运动安全,倡导科学、合理、健康的生活方式。

重阳登高求“福”字 家庭组队促和谐

昨日,2021年杭州市重阳节孝心登高活动在杭州半山国家森

林公园举行。约500余名市民在山脚下集结完毕,大家身穿鲜艳的服装,与半山秋天的景色相映成趣。

本次活动从半山国家森林公园正门开始,经过立夏称人、文经堂、休息亭、望宸阁,全程4公里,1.5小时左右。

“杭州周边的群山基本上都爬过了,北高峰、南高峰、五云山都不错。”杭州市登山协会第四分队副队长王荣梁告诉记者,光是他们小分队就来了40多个人:“我们基本上一个礼拜组织两次,每周三、周日都会安排登山。”每周的活动让大家的退休生活安排得满满当当,不登山的时候,大家还会相约徒步、农家乐等活动。

本次全家福登高活动通过全家总动员的形式,宣扬“乐在登高、孝在陪伴”的主题。不但让这个节日富有人情味,也促进了家庭和睦,参与者中还有好多夫妻档。

69岁的吴蔡华和65岁的陆彩宝是新杭州人,从老家苏州搬到杭州已经有三四年的时间。平时两口子除了给子女带小孩外,最大的爱好就是一起登山。“我们俩有空就一起来,尽量安排,也算是家庭活动吧。跟着队里的‘老杭州’一起,我们走了不少地方。”

活动结束后,每位参与者都会领取到主办方精心准备的“福”字,在重阳节参加登高活动,不但强健体魄、调剂身心,还让这个节日更富有人情味。



绍兴柯桥上演家门口的“乡村CBA”

“突破再坚决一点!”“漂亮的3分球!”日前,在绍兴柯桥区柯岩街道体育馆内,2021“勤业杯”绍兴首届乡村篮球冠军邀请赛总决赛准时开打。体育馆一下子成为当地最“热”的地方,篮球队员们你争我夺,运球、突破、投篮……观众里三层外三层,从幼稚孩童到铁杆球迷,不时发出喝彩声。

据悉,共有来自柯桥、越城、上虞、诸暨四个市(区)的乡村篮球冠军球队参加本次比赛。这些队伍都在当地乡村篮球赛的激烈争夺中脱颖而出,队中的本土篮球明星也聚集了相当的人气。经过激烈角逐,最终,柯桥区安昌街道大和村代表队问鼎冠军,诸暨市店口镇祝家坞社区代表队、越城区鉴湖街道芳泉村代表队分获亚军和季军。

乡镇篮球赛最大特点在于气氛热烈,现场群众的热情相互感染,观众和球员同时沉浸在比赛中,每一个精彩的进球都能赢得大家的欢呼和长久的掌声……每支篮球队通过实战都收获了大量粉丝,与此同时,群众的运动热情也被激发了出来。

作为一项纯粹的民间赛事,这次篮球邀请赛的举办,让各地乡村篮球冠军队的知名度得到了提升,关注度也大幅增加。绍兴市篮协有关负责人直言:“这对办赛单位来说是非常有特点的案例。”因此,举办方也在思考,如何培育更多民间自主发起的,有一定基础和影响力的乡镇篮球赛事。

(通讯员 李振宇)



你来我挡

日前,宁波镇海区乒乓球协会主办的区第十一届乒乓球双打比赛在区乒乓球活动中心落幕,共有104名乒乓球爱好者参加了本次双打比赛。

通讯员 朱 恒