家门口的健身场所 让体育融入百姓生活

金华:10分钟“圈”出美好生活

从家门口出发,步行或骑车10分钟,你会遇见什么?一个美丽的公园,可以看风景,也可以健健身;或者一个社区多功能运动场,在家门口就能开展多项运动……

近年来,金华不断构筑文体高地,积极建设全民健身活动场所,努力打造“10分钟健身圈”,圈画金华人民的美好生活半径。

家门口的体有所健

每日傍晚,市民杨燕君饭后来到湖海塘公园,随处可见锻炼的人群。“只要有时间,我就和朋友相约来这里跑步。锻炼完出出汗,感觉身体很舒服。”今年45岁的她,爱上跑步10多年了,市区的公园绿道几乎跑了个遍。杨燕君说,跑步这些年,看到家门口的体育健身设施越建越多,喜欢运动的人也越来越多,健身氛围越变越好。

婺城区竹马乡方下店村,新建成的文体广场每天热闹非凡。几年前,这个桥下闲置空间被当成建筑垃圾堆放场所,如今经过改造,已成为村民遮风避雨的运动场,占地面积1.2万平方米,有10连片草坪门球场,5人制足球场、篮球场、气排球场等。去年11月下旬,这里举办了2020中国门球冠军赛总决赛。这是全国性的门球赛事第一次在乡村举办,方下店村迅速成为体育界的“网红”。

近年来,金华基层体育场地设施建设取得显著成效,已基本形成15分钟健身圈。截至2020年,全市人均体育场地面积达2.53平方米,体育场地数量21154个。每年举办县级及以上全民健身赛事和活动600场以上。

全力构建“10分钟健身圈”

什么是城市社区10分钟健身圈?金华市体育局党组书记、局长何吉军介绍,这是指在城市社区,居民从居住地步行或骑车不超过10分钟范围内,有可供开展健步走、广场舞、球类运动等群众性健身活动的场地设施,为广大群众提供科学健身服务,“最终目的是为居民构建一个完善、立体、多层次、信息化的全民健身公共服务体系。”

为此,金华市体育局借智借力,与高校合作围绕10分钟健身圈建设工作开展了具体谋划,决定重点从体育设施更普及、体育组织更健全、体育活动更丰富、服务平台更完善四方面着手推动建设。加快完成了金华体育发展“十四五”规划、金华市全民健身实施计划(2021-2025)编制工作。“十四五”期间,金华力争建设省级全民健身中心3个、社区多功能运动场160个、百姓健身房300个、足球场(笼式足球场)30个,全市新增体育场地面积110万平方米以上,人均体育场地面积达2.9平方米以上。

同时,金华积极推进体育社团发展,加强体育组织规范化建设,深化体育社会组织管理改革,充分发挥体育社团作用,积极培育社会体育指导员,力争每万人全民健身组织数达到5个,每千人公益社会体育指导员数达到4人。

值得一提的是,金华抢抓亚运会、省运会契机,带动全民健身活动,进一步普及体育人口,扩大体育活动影响力;积极承办各类体育赛事活动,因地制宜地打造全民健身特色团队,打造“一县一特色、一地一品牌”的全民健身活动阵地。

(通讯员 章果果 夏斌婷)

长兴实现便民体育设施全覆盖

本报讯 在位于长兴县画溪街道的百姓健身房,几名健身爱好者正跟随音乐的节奏不停地扭动身躯。整个健身房分为有氧区和无氧区,配备了各类器械和设备,一旁的房间内还设置了舞蹈房。健身爱好者朱敏表示,她在附近的企业上班,只需步行两分钟就可以到达这个健身房,非常方便。

这个百姓健身房所在的位置是长兴新能源装备高新技术产业园区的核心区域,辖区人员众多。由于园区位于城乡结合部,一直以来,缺少集中性的群众公共体育设施。2020年,根据画溪街道的规划,新能源小镇将被打造成一个集生产、生活、生态“三生融合”的低碳生活示范区,百姓健身房的配备也被纳入其中。“我们投入近百万元,把城市客厅的一楼,大概4000平方米拿出来作为百姓健身房。”画溪街道社会事务办主任汤文燕介绍。

百姓健身房软硬件齐备,健身爱好者可以通过手机进行预约,并查看自己的健身时间和次数、消耗的热量。除此之外,健身房还配备了社会体育指导员。如今在长兴,共有1700多名社会体育指导员经过专业培训后正式上岗,活跃在全县各个公共体育场所。

不仅在城区,现在全县200多个村也配备了优质的体育设施。近日,虹星桥镇西南村的室外运动场正式竣工,一改该村原本体育设施落后的状况。这个占地3500平方米、总投资100万元的健身场地的正式落成。西南村位于长和公路旁,以往村民散步只能沿着公路走,非常危险。现在有了标准场地,大家也更加热爱运动了。“平时工作忙,起码20年没有打过篮球了。现在晚上有灯光,下班回来打打篮球,运动运动,很惬意。”村民吴敏华开心地说。为全面解决“百姓去哪儿健身”的问题,长兴不断提升群众身边的体育场地建设水平,努力实现便民体育设施全覆盖。

(通讯员 计 楠 王一姝)

我省汉字棋有了制度新规

本报讯 3月1日,浙江省棋类协会公布《中国汉字棋运动员等级制度试行办法》与《中国汉字棋教练员制度试行办法》。

值得一提的是,新规采纳了原宁波市棋类协会制定的相关试行办法。

据了解,中国汉字棋由宁波鄞州人任志甫发明,自2014年在宁波面世,这项运动将汉字连缀成词的学理与棋类运动的弈理融为一体,具有汉语教育与智力开发的双重价值。目前,已传播影响到国内二十几个省份及海外多个国家与地区。

(通讯员 陆 婴)

短讯

@宁波奉化

本报讯 3月1日,全国竞赛暨全运会皮划艇激流回旋比赛竞赛招标研讨会和首届“红船竞渡·京杭大运河划船拉力赛”赛事筹备研讨会在宁波奉化举行。

(通讯员 周 力)

@岱山

本报讯 3月1日,2021岱山海岬半程马拉松赛事报名工作启动,比赛设半程马拉松2000人、健康跑1000人、家庭跑500人,赛事将于4月11日举行。

(通讯员 杨 磊)

玩技巧 拼力量

日前,温岭市新河镇总工会、团委、妇联和综合文化站组织机关干部举办拔河比赛,丰富机关文体生活,展现积极向上的精神风貌。

通讯员 林绍禹