

一个多月开展体育培训62场惠及10万人 长兴全民健身实行“点单上菜”

本报记者 郭乐天

“大家看我这边，握拍的时候手的位置一定要注意。”“击球的时候不要用蛮力，要注意发力的部位……”5月17日晚，长兴冠洋体育俱乐部羽毛球场上人头攒动，由长兴县文广旅体局牵头的全民健身科学指导课程点单活动正在开展羽毛球项目的培训，共有20多位来自长兴各机关单位的干部职工齐聚于此接受专业指导。

据悉，当天为干部职工们培训的教练是湖州市羽毛球协会副主席吕健，拥有专业运动员经历的他还曾担任韩国羽毛球国家队教练。现场指导时，吕健从握拍、挥拍、击球等基础层面讲起，遇到有学员疑惑的地方，还上前耐心地给予一对一的答疑。“对，你像这样握姿势就正确了。”看到其中一位学员纠正了握拍姿势，吕健竖起了大拇指。

“今天来培训我才发现，自己以前打球的动作、发力都不标准，现在有了专业的教练指导，解决了不少问题，以后球技应该能提高一些。”长兴县文明办副主任彭小财也是当晚的学员之一，他表示，自己未来还会参加其他项目的培训，坚持科学健身。“上了年纪，身体或多或少有点不如年轻人，所以我接下来打算报名参加一些游泳之类对抗性比较

小的项目。”

据了解，本次活动由长兴24个单项体育协会根据机关干部身体特点和相关需求精心创编课程，从3月持续至今，共设龙舟竞技运动、瑜伽、乒乓球、羽毛球等34门课程，采用理论授课与现场实践相结合的形式，由各类社会体育指导员组成专业讲师团进行授课。此外，活动还安排了4节由九八医院消化科、心内科等专家授课的养生保健课程。

据悉，县文广旅体局将课程编排在《长兴县全民健身科学指导课程目录表》，供全县各个机关单位按照干部需求，结合“周一夜校”进行点单。县文广旅体局根据点单情况，统筹安排课程，宜集中的安排大课辅导，宜小班化的安排小班化辅导。

“点单课程开展以来，机关干部职工的运动热情高涨，参加体育锻炼的人多了，科学健身的意识逐步增强。通过他们的示范带动，目前长兴已开展各类全民健身活动62场，参与到各类全民健身活动的市民达到10万人以上。”长兴县文广旅体局体育事业科副科长相艳透露，接下来，活动还将向乡镇等场所进行延伸，力争让更多人体体会到全民健身带来的快乐。

庆元廊桥国际越野赛月底开跑

本报记者 郑润鑫

本报讯 昨日下午，记者从2021庆元廊桥国际越野赛新闻发布会获悉，2021庆元廊桥国际越野赛将于5月29-30日在庆元县举行，本次比赛赛道将穿过百山祖国家公园区域，参赛选手在翻山越岭的同时，将领略庆元位列全省第一的森林覆盖率，亲身感受百山祖国家公园的自然之美。

据介绍，本次赛事活动共设置65公里如龙桥组（两日）、35公里兰溪桥组、12公里咏归桥组、5公里迷你组等赛事，共有2575名越野跑爱好者报名本次比赛，其中专业运动员820名，外籍参赛选手36名，加上领导嘉宾、裁判、志愿者和工作人员，本届赛事参与人数将达3200人以上，为历年之最。

值得一提的是，本届赛事保障和服务将更专业。“在疫情仍处于全球大流行的背景下，组委会要求外籍参赛选手，需为工作、学习、生活在江浙沪地区且近180天未离开过

中国境内的人员；国内参赛选手需为近14天内未途径国内中高风险地区所在设区市。”庆元县文化和广电旅游体育局局长叶其娇说，“另外，现场还将配备安保、医疗救护、赛道应急救援人员等500人以上，利用人员加技术一起为参赛选手的安全保驾护航。”

据悉，选手们除了可以用脚步探寻生态之魂和古韵廊桥外，还将在两日的时光里，感受丰富的文化娱乐活动，如唐音宋韵、月山春晚、月山百家宴等，在感受激烈比赛的同时，能够安静下来亲身体验庆元的文化魅力，了解不一样的廊桥旧梦。

“这已是赛事举办的第四个年头，我们很多参赛的选手都是连续好几届报名参加比赛，不仅是因为我们赛道的美景和特色鲜明的赛事主题，也是因为我们庆元的热情好客，让他们有‘回家’的感觉。”庆元县副县长李鹏直言。

建德航空小镇上演“特技飞行”

本报讯 5月15日，2021年浙江省F2B线操纵特技飞行精英赛在建德航空小镇举行。

上午9点，随着建德通用机场塔台指令：同意起飞——第一架国际级F2B特技飞机呼啸着腾空而起。双过顶、倒筋斗、8字、四叶玫瑰……一整套令人眼花缭乱的動作组合，显现出浙江省线操纵特技飞行项目近年来的技术提升。来自杭州、温州、台州、丽水、金华5个地区的17名运

动员，经过第一轮、第二轮的激烈角逐，最终由杭州队张常昊获得冠军。

此外，主办方还邀请国家队教练金力、国际级裁判郑泉敏等专家为全省专业团体教练员开设“线操纵特技飞行训练要点”“世锦赛F2B飞行风格分析”“F2B评分要点”等专题讲座，希望通过竞赛与培训，增强交流、进步一提升我省线操纵特技飞行水平。

（通讯员 陈启浩）



短讯

@桐庐

本报讯 5月15日，“庆建党百年 迎杭州亚运”2021年全国象棋业余棋王赛桐庐分站赛暨桐庐县第二届百村象棋比赛举行，共有106名选手参加，最终来自城南街道的吴兴平脱颖而出拿下冠军。据悉，本次比赛不仅为最基层的象棋爱好搭建了参与赛事的平台，也大大提高了村级群众参与体育健身的热情。

（通讯员 黄霄）

@文成

本报讯 5月15日-16日，2021年浙江省气排球锦标赛（文成站）在文成县体育馆内火热开赛。来自全省的44支队伍共计375名运动员参赛。据悉，本次比赛共设男、女中年组，男、女青年组四个组别。最终，温岭海风获男子中年组第一名；东阳市气排球协会获女子中年组第一名；平阳县排球协会获男子青年组第一名；宁波奉化气排球协会获女子青年组第一名。

（通讯员 文瑜）



消防演练

昨日下午，省体育局、建行中山支行联合举行消防演练。本次活动通过向大家宣传消防安全知识，切实提高参与人员的安全意识及防灾、突发事件应急处置、逃生自救能力，为筑牢消防安全“防火墙”打下坚实基础。

本报记者 洪漩 文/摄