

奥运、全运热度持续辐射 宁波奉化掀起全民健身新热潮

东京奥运会汪顺夺冠的欢呼声还未散去,周佳敏又作为残奥会开幕式旗手再次掀起运动热潮,在体育健儿奥运赛场拼搏精神的带动下,随着全运会赛事陆续开始,宁波奉化当地的全民健身热情与热度愈发高涨。

全运会带动运动热情增长

在奉化澳泊森气排球馆,锦屏街道气排球代表队10余名选手正在教练指导下集训,加强拦网、旋转发球、传接配合是每日必修课。自7月确定代表浙江省参加第十四届全运会气排球男子城市街道社区(中年组)比赛以来,队员们士气高涨,为实现全运会梦想而拼搏。据悉,自1998年以来,奉化气排球运动项目从老年群体逐渐延伸至中青年群体,目前全区共有七百余支气排球队活跃在球场。

奉化布龙有着800余年历史,传统套路多达40余个,被大江南北的舞龙所移植,在全国有深厚的群众基础。8月29日,代表浙江省参赛的奉化三支舞龙队分获各自组别银牌,创奉化舞龙队参加全运会群众项目历史最好成绩。谈到赛事对于奉化布龙运动的影响,金溪布龙俱

乐部舞龙队毛建波认为,通过参加全运会高水平赛事,推动奉化布龙运动传承与发展。

奥运会激发运动健身热潮

作为奉化跑友圈大神,肖辉每天早上6时准时出现在县江健身步道,指导跑团学员。新加入跑团的小刘说:“苏炳添打破亚洲纪录,让我们很激动,以前训练还有点起不来,现在恨不得训练能早一点开始,多练一会儿。”

来自龙津实验学校的吴彦哲是区第一届运动会儿童部游泳比赛男子50米蝶泳和男子50米蛙泳“双料”冠军,今年暑假他在电视机前见证了汪顺夺冠精彩时刻。从那以后,暑假游泳课他都积极参加,训练更加刻苦了。他说:“看到汪顺大哥哥拿到了游泳冠军,非常激动,也希望能够像他一样,参加奥运会为国争光!”

全民健身浇灌幸福之花

“汪顺在东京奥运会夺冠,对于游泳运动项目的发展具有非常大的推动作用。”奉化区文广旅体局副局长、区体育管理中心主任王建明表

示,奥运期间中国运动健儿展示出优良的比赛气质、从容自信的态度、坚持不懈的精神面貌,成为全民追逐的新偶像。

今年7月,宁波市首家民营资本建设运营的区全民健身中心正式投入使用,通过推行“体育+休闲+智慧+数字”公益运行模式,引导打造“一站式”体育公益消费,实现体育业态全链条开发,迎合群众运动健身升级需求。

近年来,锦屏全民健身中心、澳泊森气排球馆、众翔城市运动广场等12家公共(社会)体育资源对外开放,定点单位相继确定;新年徒步毅行大会、“桃花杯”气排球分级联赛、虎跃杯篮球联赛、礼堂文化节体育比赛等群众性赛事活动如火如荼;“一人一技”公益技能培训、体育社会指导员培训、国民体质监测、全民健身大讲堂等体育惠民行动有序推进。

据统计,2020年奉化区各单项体育协会、俱乐部组织承办、协办200余次体育赛事培训活动,参与人数超16万人次。此外,去年还有23个区级赛事活动安排在各镇(街道),掀起基层群众参与全民健身运动热潮。

(通讯员 周力 何好斌)

掌握健康主动权 嘉兴秀洲为市民提供免费健康体质监测

本报讯 8月28日上午9点,嘉兴市秀洲区不少市民在志愿者的引导下在检测点陆续进行体质监测。

市民陈先生是一位上班族,一天大部分的时间都坐在办公室里,他说自己工作比较忙,缺乏锻炼,希望通过这次体质监测,了解自己的健康状态,更好地调整作息和饮食,增强体质。

据了解,这次国民体质监测共设置6个点,监测对象为3~69周岁,共计2160人,设有台阶试验、坐位体前屈、俯卧撑、走平衡木、纵跳、闭眼单脚站立等16个项目。市民依次完成身体形态、身体机能和身体素质三方面监测,一轮测试下来大约需要20分钟,测试结束后当场会生成一份个人体质报告和个性化指导方案,指导市民有针对性、科学的运动健身。

“为全面了解秀洲全民的身体状况和健康发展的规律,测试结果会根据每个人测试的所有项目统计,针对他们评分比较差的项目,合理给出一张意见单,提供一些平时需加强的运动项目和运动方法的参考。”秀洲区国民体质监测队长胡斌说。

王红芳是油车港镇的一位居民,她表示自己年纪大了,平时也不太敢剧烈运动,身体时不时会出现点小问题,所以来做一个体质监测,图个安心。

王红芳说:“总分35分,我得了24分,评价良好,我平衡力挺差的,颈椎腰椎部位也要做柔软运动,还可以练太极拳,岁数大了不要强烈运动,运动频率2~5次左右,时间在10到35分钟,这些在指导报告上写得很明白。”

本次秀洲区国民健康体质监测让群众了解自身基本情况、健康状态、力量和柔韧性,及时发现存在的问题,也宣传了科学、合理的生活方式,帮助他们提高健康知识水平,掌握自身健康保护的主动权。

(通讯员 郑悦怡 杨树)



别开生面

近日,2021年丽水市暑假围棋段位赛结束,总计600多名小棋手完成了本次围棋“考试”,共有73名棋手定段成功。期间,裁判员们带着电脑围棋测评软件依次到丽水9县市组织“考试”,小棋手们在电脑软件上完成20道围棋死活题,并与电脑AI展开围棋对弈大战。

通讯员 肖冬丽



短讯

@宁海

本报讯 近日,宁海县文教体育用品协会组织举办企业劳动用工合规管理及法律风险防范沙龙,邀请专家作了专题讲座,增强企业风险防范意识,帮助企业实现规范化管理员工,为企业发展提供法治护航。(通讯员 宁体)

@平阳

本报讯 日前,“全民健身与奥运同行”2021年全国象棋之乡团体网络赛在天天象棋网络对弈平台举行。本次比赛吸引了16支代表队的共96名棋手在线争锋、以棋会友,同时吸引了众多象棋爱好者在线观看,共享

象棋带来的乐趣。

(通讯员 肖小珍)

@海宁

本报讯 9月1日,嘉兴市体育产业联合会第二届理事会第四次扩大会议暨长三角体博会嘉兴推介会在海宁召开。(通讯员 谢富成)