

2023年元旦,来江郎山迎接第一缕阳光!

全国新年登高健身大会将在江山举行

通讯员 毛武俊 本报记者 陆英健

2023年元旦,2023年全国新年登高健身大会主会场将在我省江山举行,这也是江山市第7年承办该项活动。

据悉,新年登高活动是我国自1996年至今持续举办了20多年的重要主题活动,是每年首项全国性全民健身活动,具有新年新气象、新年开好局的良好寓意。

2023年全国新年登高活动以“迎新登高促健康、踔厉奋发向未来”为主题,将在习近平新时代中国特色社会主义思想的指导下,深入学习贯彻党的二十大精神,贯彻落实习近平总书记关于体育的重要论述精神,坚持以人民为中心发展体育,引导、动员广大群众积极参与登

山、徒步、户外健身休闲等全民健身活动,培养积极健康的生活方式,展现奋发向上的精神风貌,提升广大群众的生活品质和幸福指数,促进全民健身和全民健康深度融合。今年活动的主会场分别是浙江江山和湖南张家界。

在江山,元旦登高已成为人们约定俗成的迎新方式,也是当地体育的一张金名片。每年的元旦已经俨然成为江山又一个特有的“全民健身日”。在须江挑战冬泳、垂钓争霸,体育馆里中年篮球比拼、乒乓球厮杀,全民健身火爆,上万人都在新年第一天以运动的方式,祈愿健康、拥抱健康。

相关人员表示,能成为全国登

高健身品牌活动的主会场,一方面是因为这里交通方便、山地旅游资源丰富,全国的户外爱好者们都喜欢来这里运动。更重要的是,近年来江山一直积极探索“体育+旅游”的发展思路,利用得天独厚的自然环境和区位优势,不断引进健康时尚的赛事活动,力争把江山打造成为一个体育旅游胜地。

江山主会场活动除了开展登高迎新活动之外,还将进行迎接第一缕阳光、冰雪项目、青少年体育、群众体育、体育彩票、未来乡村、极限运动、户外安全教育等活动,同时还将开展冬泳、钓鱼等全民健身赛事活动。

全国海钓精英赛嵊泗举行

本报讯 12月26日,2022年中国·嵊泗列岛全国海钓精英赛开幕。来自全国各地的海钓爱好者在素有“百年渔场·海钓天堂”美誉的嵊泗嵊山岛展开海上垂钓竞技角逐,并分享总额达15万元的奖金。

经过6个小时的博弈,舟麟队摘取对象鱼(鲷类)团体桂冠,嵊泗钓协一队王剑洪获得综合鱼(非鲷类)个人单尾第一,洞头区钓鱼协会队周建东获对象鱼(鲷类)个人单尾第一,舟麟队徐苏明获得个人总成绩冠军。

嵊泗列岛是全国唯一的国家级列岛型风景名胜区,是一个集海岛观光、海鲜美食、渔俗体验和休闲度假为一体的海岛休闲旅游目的地。本次比赛旨在充分发挥嵊泗海钓资源优势,积极探索运动旅游新业态,挖掘体旅高质量发展赋能共同富裕的实践路径,通过举办海钓赛事,将海钓产业与海岛文化特色活动紧密结合,打造知名海钓赛事IP,加快推进嵊泗海钓产业可持续、高质量发展,着力打响“海钓天堂”品牌。

(通讯员 钱 斌)



打卡“小白碗”

近日,杭州LGD大鹅战队的电竞选手们来到杭州市滨江体育馆,在亚运顶级场馆内进行了羽毛球体验。单打、双打、娱乐定点竞赛,选手们在“小白碗”内尽情感受了羽毛球的乐趣,参与体验的杭州LGD大鹅选手久龙表示,希望能有更多机会体验更多亚运项目,打卡更多亚运场馆,充分感受亚运魅力。

通讯员 郁 青



@温州

本报讯 12月26日,2023年温州市元旦健身跑活动启动报名。活动分为线上健身跑和线下迎新跑两部分,线上健身跑参加人群不限性别、不限地域,项目设3公里跑和5公里跑,比赛不限地域、不限地点(公园、绿道、跑步机等均可)。线下迎新跑活动规模为500人,参赛人员由温州马拉松协会组织。

(通讯员 叶 红)

@金华

本报讯 近日,全国老年人广播操科学健身指导活动(浙江站)在金华市老年人体育活动中心举行。本次科学健身活动以广播操为主要内容,融入了戏剧,吸引了各县(市、区)老年人广播操爱好者近150人参加交流。

(通讯员 虞争鸣)

@金华婺城

本报讯 近日,浙江省第四届中小学跳绳锦标赛正式开赛。大赛分为2022年12月(线上)、2023年4月(线下)两个阶段进行。线上比赛采用直播形式,全省有63个参赛代表队,包括小学组、中学组(含初、高中)共计运动员451名参加。

(通讯员 曹静怡 季 楚)

全家一起“动起来” 余姚以大奖赛促科学健身

本报讯 近日,余姚市首届健康家庭大奖赛举行。来自各乡镇(街道)的21支参赛队伍在市全民健身中心综合楼及国民体质监测中心展开角逐。

“做完体质监测,我感觉心脏跳动剧烈,两条腿都累坏了。”梁弄镇代表毛银淼在国民体质测试环节,完成俯卧撑、纵跳、握力等体质测试项后累得气喘吁吁,直言在生活中忽视了运动与健康,“通过这次比赛,我意识到自己在平时缺乏锻炼,需要调整时间分配和改善健康状况。”

“我们每个人都是自己健康的第一责任人。以后我们一定要加强锻炼,全家一起‘动起来’,提升健康

素质、促进身心健康发展。”毛银淼的妻子周煜琳在一旁说。

据悉,体质测试包括身体形态、机能和素质等三类。各参赛队在工作人员的指导下,依次进行了各项体质测试项,并形成体质测试报告及得分。随后,科学健身专家根据体质测试报告结果进行了科学健身指导。除了国民体质测试,各参赛队还围绕健康知识答题、健康技能比拼(跳绳)、家庭急救技能比试(心肺复苏)展开比赛。

“平时我们一有机会就会跟家人一起散散步、跳跳绳,但感觉锻炼时间还是不够。”大岚镇代表赵冬梅说,自己作为一名村干部,平时忙于

工作、锻炼机会并不多,“在疫情防控常态化的当下,拥有健康的身体是最重要的。只有从自己做起、从家人做起,才能筑牢疫情防控社会大防线。”

“家庭是社会最基本的‘细胞’,家庭健康是实现全民健康的重要基础。只有每户家庭守护好自己的小健康,才有全社会的大健康。”市爱卫办(健康办)相关负责人表示,举办健康家庭大奖赛可以进一步提升全市居民的健康意识,高质量推进健康家庭建设,夯实健康底色,助力健康余姚建设,为余姚高质量发展建设共同富裕先行市压实健康根基。

(通讯员 方娟英)