

好吃、好玩,还很“哇噻”

舟山全民健身周 海岛体育时尚荟来了

通讯员 刘 森 见习记者 李雨童

6月10日晚,“活力体育 同舟共富”舟山市首届体育周暨海岛体育时尚荟在新城市民广场开幕。作为舟山市全民体育周的首场活动,海岛体育时尚荟将体育运动元素与海岛旅游相融合,突出时尚体育理念,整场活动分为海岛时尚体育展示、体育互动体验、滨海欢乐跑、活力体育展演、生活集市等五大特色版块。

在开幕式体育展示活动中,有一群足球少年引起了记者注意,伴随着欢快的背景音乐,他们表演颠球等足球技术点燃了现场气氛。据教练耿袞岂介绍,这群孩子来自舟山当地佳玉足球俱乐部,俱乐部主要是在舟山市进行足球青训和校园足球的推广工作,参加本次活动的这些孩子都是俱乐部在各个学校开展兴趣班和足球社团课时被选拔出来的。活动结束后,他们将前往温州参加全国小学生足球大会浙江赛区预选赛。

开幕式后,便迎来了全民荧光夜跑,350位选手分为成人组和亲子组,分别沿着新城海湾公园东西两个方向跑出,流光溢彩的奔跑动线与璀璨夜景交相辉映。虽然一直下着雨,但市民们依旧热情高涨,年仅5岁的张尚臻说:“活动很有意思、很好玩。”张尚臻



妈妈表示,孩子从小就喜欢运动,经常跟父母参加舟山市一年一度的亲子马拉松赛,前年还成功完赛获得了一枚奖牌。此外,他也会参与幼儿园组织的篮球赛,课外时间也会玩平衡车、轮滑、滑板等新兴体育项目,可以说是一位名副其实的“运动小达人”。

舟山市体育中心主任俞跃辉介绍,现场安排了海钓、冲浪、露营等海岛新兴体育项目,让市民体验与众不同。此外,在平衡车、轮滑、独轮车、击剑、篮球等互动体验区,孩子们可以乐享比赛。市民体育嘉年华,则带来了高尔夫推杆、飞力士棒、高尔夫飞盘、投篮机体验、CS打靶体验

等新的玩法。在市民广场北侧的水域作为水上项目嘉年华活动区域,海洋舟竞速、趣味斗牛艇拔河、OP小帆船(青少年)、电动冲浪板等项目的体验都深受市民喜爱。

本次全民体育周从6月10日—16日,倡导“活力体育”理念,立足舟山海岛特色,体现文体旅融合,开展各项涵盖全民健身、体育产业等活动项目。据悉,近年来舟山市群众体育发展势头良好。目前,已拥有3个4万平以上的体育公园,过去两年共建设28个百姓健身房。未来,舟山市还将承办省级以上赛事20项,举办市级赛事55项。

钟华:从种粮大户到健身领头雁

通讯员 许爱惜 潘国峰 本报记者 洪 漩

在临安,玲珑街道东山文化健身团队是当地的“明星队伍”,这一支由200余名老人组成的基层健身队,日常训练项目精彩纷呈,包含太极、健身操、旗袍汉服秀等。日前,在队伍举行的六周年庆活动上,自编自导自演推出一场文体盛宴。而这一切的背后,有一位“灵魂人物”,她就是队伍发起人钟华。

早在20多年前,钟华就是当地的“风云人物”。年轻时的钟华吃苦耐劳,在改革开放后承包了田地种植水稻,从10多亩增加到了50多亩,上交国家余粮15万公斤,培育选种小麦和水稻等新品种50多个,还被评选为浙江省种粮大户、省“三八”红旗手。退休后,钟华散步时总能看到三三两两在锻炼的人,但发现缺乏有组织的队伍。于是,她萌生了组建队伍带动大家健身的想法。“花了580元买了一只音响,然后就开始发动大家组队了。”钟华凭借着良好的群众基础,走访了一个又一个村庄,挖掘角角落落的文体爱好者。就这样,东山文化健身站成立了。

“我原本也不会跳舞,初衷就是想给大家搭建一个平台。”抱着这样的想法,钟华连续六年将退休工资全数投入队伍建设中。不仅为大家聘请教练、组织培训、联系活动,还要为队伍的可持续发展谋篇布局,打造骨干团队。

如今,每天清晨六点半、傍晚六点半,东山太极健身站都会雷打不动地出现在区文体中心亚运场馆前的广场上。打太极拳、跳健身操、排练旗袍汉服走秀,都是他们的“每日功课”。“我已经练了5年了,和这群姐妹们一起健身早就是一种习惯。身体得到了锻炼,精神也更充实。”队员陶琴琴说。

此外,东山太极健身站除了带动居民参与锻炼,还组建了一支公益队。每年“三八”妇女节、重阳节等节日,会组织下乡进村演出。钟华说:“去年我们参与组织了44场活动,团队善举也影响了身边的人,甚至不少队员家属为支持队伍捐款捐物。如今有越来越多人也想加入我们。”



练一练

6月11日,杭州长河街道老年人健身节可乐球培训活动拉开帷幕,共有170多人参加,他们穿着整齐服装,在老师的精心辅导下,有序而快乐地进行可乐球基本功训练。

通讯员 郑国珍

跑友在西湖边踩着水跑“玫瑰花”

通讯员 高 高 本报记者 丁梦婧

6月11日一早,近百位跑友在杭州西湖边南山上罗马广场集合,无畏梅雨季的风雨潮湿,跑了一朵西湖玫瑰纪念毛泽东主席“发展体育运动 增强人民体质”题词70周年。

据活动组织者元晓娟介绍,西湖玫瑰跑被杭州体育局列为全民健身项目精品路线,每周跑一朵西湖玫瑰已经成为了日常活动。“每次报名信息一出,名额立

刻就会被抢光。作为公益活动,我们最想传达的就是运动健康的生活方式。”

当天凌晨4点,林炳鑫与鹿刚就已经起床,自2月26日活动开展以来,两人雷打不动准时报到。作为后勤保障小分队,他们最先到达起点准备好物资补给以及签到事宜。早上6点05分,所有人完成签到准备热身。以罗马广场为起点,通

过虎跑路、莲花峰路、满觉陇路三个折返点后返回罗马广场即可以脚步“绘”一朵漂亮的西湖玫瑰。

参与活动的跑友朱红梅表示,入了梅雨季,天气确实不适合运动,“但早上天公作美,只是路上有零星小雨,温度也非常适宜跑步,能在休息的周末参加这样一场有意义的活动非常开心,我们一起踩着水一起刷‘玫瑰’。”