

你的体育锻炼达标了吗？测测看！ 省“国标”测验赛在丽水举行

本报记者 洪 漩

本报讯 5月30日,2023年浙江省国家体育锻炼标准达标测验赛在丽水市体育中心举行。赛事按照参赛年龄分为壮年一组、壮年二组,每个组别分男女两类人群。来自全省11个地市176余名运动员,通过参加10米×4往返跑、2分钟开合跳、平板支撑、六边形敏捷跳、坐位体前屈等5个项目的角逐。测验项目涵盖人体的速度、耐力、力量、灵敏、柔韧五类,评级标准分为10个等级。

“第一次参加体育达标测试活动,感觉很有意义,可以了解自己的身体状况和运动能力,检验体育锻炼效果,知道如何科学锻炼。”来自金华的选手

蔡宇峰说,自己是体育运动的受益者,希望担任好全民健身的宣传员,带动身边更多的人参与到体育锻炼中来,掌握1到2项运动技能。

“这次的达标测验赛采用了新的标准,选取了一些简单易操作的项目,检测人体的心肺功能,肌肉耐力以及人体的协调性、柔韧性等,衡量人体日常锻炼效果。”本次测验裁判长、浙江体育科学研究所全民健身研究中心主任薛亮介绍。

此外,丽水市运动促进健康中心揭牌暨“体卫融合,守护血压”健康科研项目启动仪式同日举行。据了解,中心占地面积879平方米,设施设备

齐全,将为市民提供全方位体质监测,开具个性化“运动处方”,提供长期科学健身指导。

丽水市体育发展中心相关负责人表示,中心锚定“双招双引”战略性先导工程,推进市本级国民体质监测与卫生医疗部门合作,助力青年发展型城市建设,与华东师范大学孙朋教授科研团队及市人民医院共同开展“体卫融合,守护血压”健康促进行动。科研项目启动后,通过对重点人群实施精准的非医疗健康干预,构建智能健康管理档案和健康预警系统,推动健康关口前移,全面提高重点人群的身体健康和生活质量。

学习新思想 体育建新功

“三服务”送到企业心坎上

本报讯 为面对面听取意见,实打实解决问题,把主题教育的成效体现在实际工作中,近日,省体育服务中心来到凯普体育用品有限公司开展调研,急企业之所需,做好“三服务”工作。

省体育服务中心人员一行前往生产车间,参观凯普体育公司相关体育用品的制造加工和成品展示,详细了解该公司关于产品开发、市场拓展和售后保障等情况,并亲身体验体育用品用法。还和企业负责人及工作人员开展座谈,企业的负责人结合当前体育发展形势和企业生产实际,谈感受、提建议。

服务中心相关负责人表示,当前是体育事业发展的黄金时期,公众对于全民健身热情高涨,企业应抓住机遇,以过硬产品和优质服务打造竞争优势,依法依规经营,充分展现新时代浙商风采。同时,党员干部也要坚持深入一线,倾听企业心声,弄清企业需求,帮助企业破解难题、克服短板,把主题教育与“三服务”紧密结合,把“三服务”做到企业心坎上,以工作成效推动中心事业高质量发展。

(通讯员 张馨月)



越过古道

5月28日,2023遂昌王村口百里红军古道越野赛在王村镇(浙西南红色研学基地)拉开帷幕。数百名跑友从红色拱门鱼贯而出,在蜿蜒起伏的道路上御风奔跑。

通讯员 赵乾谷 廖晨辰

兰溪:从小窗口看见民生体育大场景

(上接1版)一场邻里运动会,让这个已过“四十不惑”的老小区,重新焕发生机。这也拓宽了徐旭红思路,在老小区改造过程中,见缝插针增添了一批健身设施,果然又得到如潮的好评。

青松社区的邻里运动会,宛如一粒蒲公英的种子。记者了解到,目前兰江街道13个社区都开始举办邻里运动会,这一“体育朋友圈”还在不断扩大。

小协会 大功能

站在记者面前敦厚的中年人叫杨初放。他有好几个身份,兰溪江南职业技术学院校长,兰溪市武术协会主席,兰溪市社会体育指导员协会会长。不过,他最看重的则是“国家级社会体育指导员”。

“老百姓有需求,我们就办。”杨初放说,老百姓对全民健身热情越来越高涨,对科学健身的需求也越来越迫切,因此要有一支技能精、热情高、阵容庞大的社会体育指导员队伍。

杨初放主动请缨,利用场地、师资等优势,依托江南职校建立兰溪市社会体育指导员培训中心。四年来,每年都培训社会体育指导员200人以上。“哪些运动项目缺乏科学指导,我们就培养哪方面的指导员。”杨初放介绍,近几年太极拳、篮球等运动推广普及力度大,就加大这两个项目指导员培养力度。以太极拳为例,中心派出骨干前往16个镇街授课教学,严把质量关,综合考评通过才能获得社会体育指导员证。

目前,兰溪各级各类社会体育指导员队伍达到1665人,平均每个行政村(社区)拥有4.75人。除平时在各个健身站点辅导外,还有一些走进了健身房、体育培训机构等,“三人行必有我师”。

小赛场 大经济

兰江上龙舟竞渡,乡村绿道兰马竞跑,每一个赛场都在迸发出体育经济的无限活力。“赛事之火”,这几年已经燎原兰溪城乡。水亭畲族乡下方泉

村的新天地生态休闲农场,跑马场、丛林穿越、垂钓场、露营地、射击场等休闲经济方兴未艾;永昌街道百凤林村的汽摩越野基地同样风生水起。

百凤林村位于丘陵地带,山多地少。山林面积达到2280亩。党支部书记何庆涛介绍,几十年前因为道路泥泞,自行车到村口后还得扛着回家,“吃足了苦头”。没想到,现在崎岖、泥泞的山路却成了“宝”——五年前,百凤林村开始打造越野车、卡丁车基地。

还没有进村,记者已经听到马达的轰鸣声,打破了山村的宁静。在迂回曲折的山间赛道,一辆辆卡丁车风驰电掣。这样的场景,每天都在7公里的卡丁车赛道上呈现。基地年接待5万人次,实现村集体增收30万元以上。同时,还解决了村里的富余劳动力,帮助推销番薯等农特产品。下一步,开办农家乐、民宿,以及打造露营地等,都已经在谋划之中。

百凤林村寓意“百凤齐聚山林”,一条越野赛道让这一美好的寓意名副其实!

本周六 来文成“夏天玩雪”

本报记者 陆一帅 实习生 章程

本报讯 6月3日(本周六),浙江省第七届冰雪运动嘉年华暨文成体育旅游节(冰雪系列赛、篮球系列赛)将在文成县铜铃山镇天鹅堡室内滑雪场举行。

据悉,开幕式在雪场外额石垵森林公园大草坪进行。现场将开展以体育旅游为主题的市集活动,体适能挑战、户外露营、品尝特色小吃等多种活动形式。此外,本届冰雪运动嘉年华将首次与篮球结合,推出多项冰雪与篮球相结合的全新活动,当然,深受嘉年华游客喜爱的游园体验项目依然保留。值得一提的是,届时还将有神秘的亚运冠军空降现场,与冰雪爱好者一起“迎亚运,享冰雪”。

近年来,文成县以体育为热点、以旅游引人气、以产品为赢利点,打通“体育+”发展新赛道,打造时尚运动休闲“核心区”、森林冰雪探险“增长极”、体育旅游消费“示范带”,激活全域旅游经济。开幕式期间还将重磅发布文成体育旅游线路图,将文成的13个体育旅游活动点位串联,方便游客前来打卡、游玩。