

百万人次！杭州学校体育场地暑假真“热”

本报记者 孔乐佳

乘亚运之风,今年杭州市中小学校体育场地进一步向社会开放。截至目前,开放的校内体育场地(馆)共计1184个,其中室外体育场地905个全部免费向社会开放,279个室内场馆免费或低收费向社会开放。正值暑假,原本安静的校园也因为体育场地迎来一波又一波“客人”而变得热闹起来……

8月21日一早,记者来到位于上城区的杭州市景荷中学,发现早上来运动的市民并不多,基本是放暑假的孩子或老年人。而顶着烈日在操场上奔跑的正是来自景荷中学武术队的队员们。教练刘金奇告诉记者,为了备战接下来有市中学生运动会、省青少年阳光体育运动会等多项赛事,暑假期间队员们每天都会集训。“基本上是一天一训,从早上8点练到10点半,晚训从18点练到20点。”刘金奇说。

暑期集训使不少“闲置”的体育场地成了供队员们“大展拳脚”的舞台,操场、单杠等户外区域随处可见练习体能、做拉伸运动的队员。在操场上完成体能和力量训练之后,

队员们就会来到体育馆进行武术专项训练,针对技术动作进行细节上提升。

到了晚上,周边小区居民纷纷走进“家门口”的学校,享受与亲友分享运动的快乐。记者注意到,学校操场集结了“老中青”三代,大多数人都是结伴而行,篮球、跑步和羽毛球是最受中青年欢迎的运动,老年人则选择在操场上快走,每个角落都传来了欢声笑语。

操场上随处可见一家三口的组合,刚和老公、儿子跑完步的倪女士说:“因为白天都上班,只有晚上有时间带孩子过来运动。刚好暑假学校对外开放,我们可以通过预约直接进校,这里器材挺齐全,很适合运动。”以前,他们会在小区里跑步,但倪女士认为小区车来车往,存在安全隐患,在学校操场跑步不仅舒适,也更省心。

绿茵场上,赵伯涛独自练习射门。家住附近的他告诉记者,自学校体育场地开放以来,自己经常会去踢足球,最大的感受就是便利。“校园健身很方便,场地不仅免费也比较平

整,有时候还可以跟朋友一起来踢,体验感很好。”赵伯涛说道。

记者注意到,操场边上的健身器材有了新变化。景荷中学总务处副主任成涛介绍,暑假期间学校对操场部分破损严重的跑道和健身器械区的塑胶地面全面翻新,给器材重新刷漆,并在篮球场和羽毛球场增加了16个太阳能灯,保障夜间运动安全。“我们将开放时间延长至十个小时,学校提供免费停车位,每天都会安排保洁阿姨打扫开放的运动区域,传达室门口还放置了一些应急药品。”从7月份到现在,景荷中学每天会迎来上百位市民前来锻炼。

截至8月上旬,2023年杭州市已有179.71万人次入校健身。过去市民只能预约所在社区的学校体育场馆,2023年可选择范围扩大,可登记任意3所学校,由原来的“一人一校”升级为“一人多校”。

据悉,市民可登录浙里办App,搜索“校园健身”应用进行学校开放信息实时查询、学校室外场地在线登记预约,搜索“亚运场馆在线”应用进行学校室内场馆查询及登记预约。

这场会议研讨体卫融合“浙江样板”

本报讯 8月23日,省运动促进健康研讨会在衢州举行,全省11个地市的群体处相关负责人、国民体质监测中心业务负责人参会。

会上,国家社区运动健康中心试点嘉兴、湖州,市本级国民体质监测中心代表温州、衢州、丽水5个地市进行体卫融合典型案例经验交流,省全民健身研究中心主任薛亮就浙江省体卫融合与国民体质监测中心建设情况进行介绍。随后,与会人员就健康浙江考核、体卫融合、运动促进健康等工作开展情况进行交流讨论。

会议就下一步我省全面启动2023年度国民体质监测与“浙里健身”体质测试服务工作进行部署,要求各地市高度重视、全面统筹、高质量完成,力争全方位、全周期保障人民健康,以改革创新精神全面推进我省体卫融合工作持续向好、向优发展。

此外,8月23-25日,2023年浙江省国民体质监测与科学健身指导技术骨干业务培训班也在衢州举行。

(通讯员 石江超)



风景同行30天

8月20日起,为期30天的宁波江北句章跑团“我们跑起来”活动正式开始。跑友们从江北区慈城镇毛岙村文化礼堂出发,沿着毛岙村和毛力水库的健身步道,开启与风景同行的赛程。据了解,此次公益跑活动自开始起每一天都会有一名句章跑团跑友带队完成一个半程马拉松。

通讯员 杨佩贞

500余跆拳道小将湖州比高下

本报记者 陈素琴

本报讯 昨日,2023年浙江省第十六届大众跆拳道公开赛北部分站在湖州市莲花庄体育馆开赛,来自杭州、嘉兴、湖州的400余位5-16岁的小运动员参加。比赛项目分为个人竞技比赛、个人品势以及团体品势、混双品势赛。

小选手们虽然年龄不大,过起招来却毫不含糊。“练习跆拳道能够强身健体,遇险时可以防身,是一件很酷的事。”12岁的张一乐来自湖州格斗士跆拳道联盟,学习跆拳道七年

了。他的教练李强表示,通过训练和比赛,运动员逐渐提升自信,养成宽容友善的品质。

跆拳道比赛分为品势和竞技两个类别。那么它们有什么区别呢?浙江省跆拳道协会发展委员会副主任左俊杰介绍,竞技和品势的主要区别在于:竞技是对抗,是两个人实战。而品势相当于武术中的套路表演,是成套的。混双品势不仅要保证速度、力量、爆发力、平衡、节奏、协调等,还要求两个人完美配合,动作整

齐划一,“这是极难的,甚至比竞技还要难。”

跆拳道在湖州市具有丰富的群众基础,因为其简单易学,很受大众欢迎。左俊杰介绍,目前湖州市有注册会员40余家,常年在学的青少年达万余人。本次比赛以“全民健身迎亚运信心满怀奔共富”为主题,吸引了学校、俱乐部、培训机构等孩子参加。在比赛间隙还进行了湖州市跆拳道协会迎亚运万人签名启动仪式,也期待借此契机将跆拳道运动再掀高潮。



短讯

@温州

本报讯 8月22日,2023年ITF国际网球大师赛温州站在温州国际网球中心开幕,吸引了来自全世界各地270余名网球爱好者参赛。温州站等级为MT400,赛事总奖金为34.98万元。这也是ITF国际网球大师赛首次来到温州。

(通讯员 叶海鹏)

@宁波鄞州

本报讯 近日,2023LCPL青少年艇球联盟赛在宁波东钱湖皮划艇休闲运动基地举行。本届赛事共设有U11、U13、U15等3个组别,有来自马来西亚以及香港、重庆、上海、南京等地的150名运动员参赛。

(通讯员 陆 婴)

@余姚

本报讯 日前,余姚市青少年街舞大赛举行,舞上云端、ZT街舞、恋舞堂音乐舞蹈、SDP舞动力、AT-crew街舞艺术中心、宁波舞加街舞、矢印街舞、余姚GX舞蹈工作室、与舞结缘等九家培训机构,率26支青少年队伍近200人参加大赛。

(通讯员 沈傲忠)

@慈溪

本报讯 近日,慈溪市第十七届象棋棋王赛暨第三届慈溪市象棋大师赛结束。本届比赛共52名棋手参加。

(通讯员 叶国达)