

386场！浙江平均一天一场大赛

本报记者 周 斌

本报讯 日前,记者从省体育局获悉,2023年度,我省除杭州亚运会、亚残运会外,国家级以上赛事共有386场,其中国家级赛事339场、国际级赛事47场,平均一天一场体育大赛。

在“浙”里以赛为“媒”,与世界对话,用体育赛事向全国乃至全世界介绍浙江的绿水青山大城小镇,也让体育运动走进百姓生活。“浙江以杭州亚运会、亚残运会的成功举办为依托,积极引进和承办高水平、高等级的国际级、国家级赛事,2023年全省的体育赛事

数量质量都有大幅度提升,国家级赛事数量创历年新高,赛事呈现国际化、多元化、精品化。”省体育局体育竞赛处负责人介绍道。

不仅如此,浙江各地因地制宜开展体育赛事。富有海洋资源的象山发力打造“滨海运动之城”,宁海凭借原生态的500公里登山步道,去年正式将宁海越野挑战赛正式成为环勃朗峰超级越野赛世界系列赛(UTMB World Series)全球35场赛事中的一站,是中国内地唯一加盟UTMB世界系列赛。

2023年度赛事不仅注重引进高品质国际赛事,还结合自身优势竞技项目开展羽毛球、游泳、举重等竞技比赛;选择群众普及参与度较高的体育项目,开展马拉松、龙舟、桥牌等群众体育赛事;紧跟国际潮流和方向,开展跑酷、霹雳舞等新兴体育项目赛事。“386场国家级及以上赛事‘走遍’浙江各地,离不开创建‘赛事之城’和‘赛事集聚县’,也表明以其为抓手促进赛事赋能城市,科学合理布局赛事体系,取得一定成效。”该负责人说。

变废为宝 集装箱变身 “家门口”健身房

刚刚过去的元旦假期,很多市民都出门去旅游了,但不少家住海曙区南门街道万安社区的居民却在家门口玩嗨了。就在前段时间,位于文化家园小区边的万安社区幸福邻里大本营正式启用,共设置了舞蹈房、百姓健身房、乒乓球室等十个主题场馆。但身在其中的居民们可能没看出来,这个大本营竟然是用35个集装箱改造而成。

2022年,万安社区将文化家园小区边废弃将近10年的篮球场改造成了以篮球场为主的全民健身活动场所,面积将近700平方米。居民们在运动时,发现旁边还有一块更大的废弃场地。2023年,万安社区启动浙江省第六批未来社区创建工作时,经过多方论证,最终决定将该场地打造成集装箱创意工坊式的社区综合体、生态农场和室外运动场地于一体的社区幸福邻里大本营,面积达到4300平米。

去年6月,万安社区幸福大本营正式开建。到了当年10月,共有三大板块的大本营就向居民开放了其中的室外运动板块和集装箱创意工坊板块。室外运动板块就是原来的篮球场,主要含羽毛球场、网球场、匹克球场;集装箱创意工坊板块共设置了10个主题场馆,包括舞蹈房、百姓健身房、乒乓球室等。“我们还在集装箱上布设了光伏板,现在已经能正常发电了。”社区党委书记徐剑英说,集装箱创意工坊一共安装了15台5匹空调。太阳能所发的电已经基本能支撑场地的运作。

集装箱创意工坊的开放时间是上午8点30分到晚上9点30分。除了几个主题场馆要预约外,乒乓球室、百姓健身房、舞蹈房等大部分场馆居民随时可以进入。

(通讯员 林 伟)

杭州开启木球发展新赛道

本报讯 前不久,杭州首个乡村木球基地落地双浦镇社区学校,作为杭州首个乡村木球基地,拉开了木球运动在杭州推广的新赛道。

“之前,木球的推广主要集中在高校,随着美丽乡村的建设,广袤的乡村成了天然运动场,这样运动的推广,也逐渐向乡村延伸。”浙江省木球协会会长、浙江工业大学教授陈嵘介绍。

2023年9月,双浦镇社区学

校改造完成,学校操场宽阔的室外草坪就很适合木球训练。学校里配有AED、健康监测设备,残疾人无障碍厕所等设施,满足适老化和无障碍要求。“双浦镇也将借助基地资源和自身优势,全力打造木球培训品牌,让基地成为培养木球运动人才的摇篮,助力木球运动进一步普及和发展。”双浦镇党委委员冯眉子介绍。据悉,之后木球基地将免费向村民开放,并于2024年春天开课,定期邀

请专业裁判和教练指导,村民就有了家门口的“健身房”。近年来,双浦镇盘活辖区内的“金角银边”,打造“10分钟健身圈”,推广了柔力球、排舞等健身项目,并开展各项文体赛事,双浦村“BA”等活动频频出圈。冯眉子介绍,“接下来双浦镇将进一步利用好‘亚运效力’,持续亚运惠民,盘活辖区内的文体资源,满足群众需求,提升老百姓的获得感、幸福感。”

(通讯员 林建安)



新起点·

元旦期间,杭州亚运会竞赛场馆黄龙体育中心为杭城人民准备了一道丰盛的运动盛宴。从万米迎新跑到北塔登高,再到空中跑道寻宝,健身爱好者们在黄龙体育中心收获了运动的快乐,以更加强健的体魄开启新一年。

通讯员 李 琼

>>>滑雪安全小贴士:

冰雪热,体旅融合喜提开门红

(上接1版)冰雪运动环境整体气温较低,身体在低温下运动,容易造成肌肉和韧带的拉伤。去滑雪一定要提前关注天气预报预警信息,留意不要在大风、雨雪、低能见度等天气进行滑雪。要根据温度情况,做好充分的保暖措施。

滑雪前,要穿好滑雪服,戴好帽子、围巾、手套,扎好袖口防止雪进入衣服,全身上下全方位

保暖,防止冻伤,也要预防失温情况。

在滑雪场中,最好穿颜色鲜艳的服装,可以让你在雪场中识别度更高,尤其是意外发生时。

滑雪时最好能穿戴护具,护具是降低摔跤后受伤风险最重要的措施。滑雪时需要佩戴头盔,初学者最好把护腕、护膝以及保护尾椎的软垫等护具装备也配备上。

滑雪属于户外运动,晴朗的天气下,如果没有保护长时间盯着雪地看,会对眼睛造成伤害,所以滑雪镜也是非常必要的。

另外,选择雪道一定要由易到难循序渐进,根据自己的技术水平选择自己合适的雪道。通常雪道上会有明显道标或文字提示,国际基本通用的是用不同颜色和形状代表不同级别。