

白云学校:寒假训练“不打烊”

本报记者 黄维 郦琪琛

新春走基层

举枪、瞄准、射击……这一系列“高大上”的动作,大家在电影电视里一定看到过很多次,感受就一个字:帅!可你知道吗?练习射击的过程却一点儿也不帅,甚至可以称得上“枯燥乏味”“无聊至极”。这几天,衢州市白云学校开启了一年一度的“冬训”——在射击综合训练馆,教练何佳浩正在指导射击小将们,进行持久性举枪的专项训练,让小将们形成良好的平衡性和忍耐力。

白云学校射击队组建于2008年,一开始仅有一名教练和十余名队员,场馆只有14个靶位的10米馆。因为

缺乏训练用的枪弹,队员们就用钢管当作模拟枪来练习,用装满沙子的空水瓶做稳定性训练。到了周末、节假日,教练则联系杭州、金华等地的射击队,借枪开展训练。2018年,射击队新建了射击综合决赛馆,安装了40个最新“休斯951”电子靶,射击队的正常训练得到了基本保障。

在两年前的金华省运会上,白云学校在射击比赛中夺得7金7银4铜,打破1项省最高纪录,破5项省同龄组纪录;在射箭比赛中夺得7金3银3铜,第一次夺得省运会射箭项目金牌榜全省第一位。

别看比赛拿奖牌很风光,射击训练却是个既乏味又辛苦的活儿。“这衣服看起来帅吧,可穿起来很不舒

服。”何佳浩指了指运动员身上的运动服,因为步枪运动员长时间保持抵胯的姿势,需要一个支撑点,射击服的材质是由粗硬的帆布、牛皮做成,可以帮助运动员稳定身形,更有利于射击。记者上前拎了一下,发现整套队服有五六公斤重。这身装备不论是训练还是正式比赛,一年四季都要穿,一站就是几个小时。冬天还好,最难熬的是夏天,脱下衣服后,汗水如雨水。

射击是一项枯燥的运动。除了休息的时候,队友们在训练时没有什么互动,每个人盯着属于自己的电子靶,调整枪械、呼吸、瞄准、射击。然后低头看成绩,分析失误、总结经验,再次调整、瞄准、射击。一次又一次地重复。

除了射击,射箭也是白云学校的

传统优势项目。在云顶射箭场,射箭小将正在进行紧张训练,他们持弓而立,开弓、瞄准,一支支箭羽破空而出。“每射一次相当于举哑铃15斤,这就需要队员们日复一日、年复一年地坚持。”教练员张栋表示,队员每天人均要射出400支甚至500多支箭。目前,衢州市白云学校已经往省射箭队输送了6名运动员,他们也拿到过全国的冠、亚、季军。

白云学校校长叶海涛告诉记者,目前,白云学校是衢州备战省第十八届运动会的主力军,承担着田径、射击、射箭、足球等16支运动队的组队参赛任务,集结了近500名运动员全力备战,已成为涉及市区31所小学、初中、高中运动员的综合训练点。

新增企业跑团PK赛 临平半马3月开跑

本报记者 潘笑坤

本报讯 1月30日,记者从2024临平半程马拉松新闻发布会上获悉,赛事将于3月17日从亚运场馆临平体育中心鸣枪开跑。游泳奥运冠军罗雪娟,中国女子田径运动员、亚洲冠军饶欣雨被聘为本届赛事的运动形象大使。赛事报名于1月31日启动。

杭州市临平区文化和广电旅游体育局局长徐静说:“临平区委区政府高度重视‘后亚运’元年的体育事业发

展,提出了‘1+1+N’体育赛事体系,和前不久‘世界空手道赛事名城’一样,2024临平半程马拉松是临平区重点推出的赛事活动。”除了这场赛事,临平也在努力打造浙江省首个的“双马”赛事区,即一场全民马拉松(临平半程马拉松),一场精英马拉松(浙马纪录挑战)。

赛事路线从临平体育中心出发,最后抵达临平大剧院。今年,临平区委区政府提出打造“杭州城东新中心”

的目标,“未来智造成、品质新城区”将吸引更多的企业前来入驻、更多的年轻人前来创业,本次赛事中还设置了赛中赛“企业跑团PK赛”,邀请在华世界500强、中国500强、省市上市企业、临平区内知名企业组队参赛,每支队伍组队参赛人数10人,其中不少于3名女子选手组成,为更多企业的跑友们提供一个交流的平台,在提倡健康生活的时候展现企业跑团的文化。”



短讯

@嘉兴

本报讯 1月29日,嘉兴经开区中小学生篮球冬令营集训活动拉开帷幕,共有130余名中小學生参加。

(通讯员 包庆冲)

@嵊州

本报讯 1月28日,嵊州市健身气功协会召开年终总结表彰大会。会议回顾和总结了2023年度工作,对2024年工作进行规划和部署。

(通讯员 赵颖妃)

@文成

本报讯 1月28日,2024年文成县乒乓球比赛在县体育中心顺利举办,来自全县百余名运动员参加角逐。

(通讯员 林靖凯)



赛出警彩

日前,丽水市2024年警电职工篮球赛在丽水市云和县体育馆落幕。本次比赛不仅是一场体育竞技的盛会,更是警电职工精神风貌的展示。

通讯员 吴梓雯

体育嘉年华 体验宋韵文化

本报讯 日前,杭州市余杭区结合“宋”福杭州年IP,在余杭万达广场推出2024余杭区宋潮体育嘉年华活动。

活动设置了跳绳、投壶、蹴鞠、捶丸、套圈、飞镖6个项目,吸引500余名市民热情参与。“我最喜欢的项目就是投壶。以前经常在电视剧里看到,特意来体验一下古人的乐趣,还

拿了个奖牌。”游客徐女士开心地说。

余杭区文广旅体局相关负责人表示,希望通过市民游客喜闻乐见的形式传播体育文化,让大家在体验传统文化的同时,感受体育的快乐。

近年来,余杭区深入推进浙江省体育现代化区创建,积极构建全民健身公共服务体系,不断提高体育工作层次水平。截至2023年,余杭区新建

省级基层体育场地设施7个、嵌入式体育场地103个,完成1520处“低免”开放体育场地健身设施“健康体检”工作,积极打造城区“10分钟健身圈”。接下来,余杭区将持续放大“办好一个会、提升一座城”综合效应,纵深推进全民健身事业高质量发展,为余杭文旅体融合发展注入新的活力和动力。

(通讯员 张林光)

公示

根据《国家新闻出版署关于开展2023年度新闻记者证核验工作的通知》(国新出发电[2024]2号)、《新闻记者证管理办法》有关规定,报社对2023年度持有新闻记者证人员进行了核验,现将核验人员名单进行公示,名单如下:

黄维、郭必文、张莺、康康、陈艳平、徐晶、郦琪琛、汤怡虹、钟樑、洪璇、高玲玲、陈素琴、余敏刚、易龙吟、马碧茹、毛佳琦、华雨晨、金万君、周斌、郭乐天、潘笑坤、郑润鑫、钱元婷、陆一帅、戚款、杨凯纯、李雨童、谢嘉伟、冯晶晶、孔乐佳、徐萃萃、应宇康、陆英健。

公示期为2024年1月31日-2月9日。举报电话:(0571)85069540,浙江省新闻出版局电话:(0571)87057155。

浙江《体坛报》社有限责任公司
2024年1月31日

战略合作伙伴



浙江《体坛报》社有限责任公司
本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼