

舟山发布足球拥军系列举措

本报记者 余敏刚

本报讯 7月23日,舟山市召开2025亚足联-中国足协“梦想中国”社会责任活动(舟山拥军站)开展情况新闻发布会。今年,舟山市紧扣“足球拥军·助力强军”主题,推出一系列创新举措,包括举办浙江沿海城市军地足球联谊赛、开展送球进海岛军营活动、组织军娃足球(沙足)夏令营等,旨在全力打造“中国拥军足球第一城”。

“梦想中国”社会责任活动是中国足协的品牌公益项目,同时也是亚足联“梦想亚洲”激励级别品牌项目。其核心目标在于弘扬拥军优属优良传统,丰富部队官兵文化生活,深化军地交流。活动通过足球友谊赛、专业

培训、慰问等多种形式,增进军民鱼水深情,巩固双拥共建成果,并借助捐赠、公益培训与赛事等方式,积极推动地方足球运动的普及与发展。

据悉,浙江沿海城市军地足球联谊赛于7月26日至27日举行,邀请舟山战旗老兵足球队、驻舟部队足球队等4支队伍,逾百名现役和退役军人同场竞技。同期举行为期3天的部队足球裁判员培训班,计划为驻舟部队培养25名足球三级裁判员。同时,将为5支海岛部队提供足球训练指导,提升部队官兵个人技术及球队战术水平。此外,还将开展“足球拥军上海岛情系海防子弟兵”主题活动,组

织驻舟部队官兵子女30人参加6天的足球夏令营活动。

舟山足球底蕴深厚,近年来着力打造“中国沙滩足球城”,已成功承办15届全国男子沙滩足球锦标赛、7届全国女子沙滩足球锦标赛,并连续17年举办浙江省沙滩足球锦标赛。在拥军足球领域,舟山常态化开展军地联谊赛和拥军慰问活动。过去8年间,累计举办相关赛事及活动40余项近600场,参与人次近万;举办了6期现役、退役军人裁判员、教练员培训班;5次为执行出国访问等任务的舰艇赠送足球装备;组织了4次浙江城市间退役军人足球联谊活动。

棒球少年挥棒杭城



本报讯 7月23日,2025年全国青少年棒球锦标赛U12组比赛在杭州瓜沥棒垒球场开幕。来自全国各地的41支参赛队伍,900余名青少年棒球健儿参加。据悉,该赛事是中国青少年棒球领域最具影响力的年度赛事之一,分俱乐部组(7月23日-31日)和学校组(8月12日-19日)两个阶段进行。(通讯员 叶思佳)

社区象棋赛两年一约



本报讯 7月20日,宁波镇海区第三届“西门社区杯”象棋赛在招宝山街道西门社区举行,全区共20支参赛队伍近60名棋手参加。据悉,比赛每两年举办一次。(通讯员 王方 江明雷)

水上冲浪享夏日清凉



本报讯 7月23日,在德清县新市镇宋市村芒溪漾,游客们体验沙发冲浪、水上闯关、水上摩托艇等各类游玩项目,尽情享受夏日清凉。(通讯员 姚海翔)

运动康养训练营为老人定制运动处方

本报记者 华雨晨

7月24日,杭州市西湖区文新街道的银发运动康养训练营迎来了最后一天课程。经过了3周运动康养的学员们,在街道的人工智能·体卫融合工作室里进行了最后一堂运动健身课和体质监测,查看近一个月的康养成果。

本次“夏令营”专门针对该社区的老人,共有25名55-75岁的老人与慢性病患者参与。为期21天,采取“1+10+9+1”的模式,即1天的体测、10天的集中课程学习、9天的居家自习巩固、1天的再体测,合理规划,形成闭环。“有些老人觉得效果不错,又会拉着亲朋好友来,我们训练营的报名人数也是越来越多。”社区工作人员介绍。

在参与人员完成身体机能检测后,由浙江省医学会运动医学

分会委派的医生依据检测数据,开具“一人一方”的饮食、运动、治疗处方。社区居民张大伯是本次训练营的学员之一,他给这次体验打满分:“以前自己锻炼没啥章法,效果也不理想,现在好了,加入训练营,有医生开运动处方,还有专业教练手把手指导锻炼,感觉心里很踏实。”

针对爱运动、有健身习惯的活力老人,训练营以维持身体功能、预防身体机能退化为目标,精心设计了有氧、平衡与力量训练课程。针对慢性病患者则根据自身慢病管理需求,开展针对性的低强度耐力训练,训练营期间由杭州市社会体育指导协会委派的社会体育指导员,对参训老年人提供面对面健身指导和咨询,确保每

位老人都能得到最适合自己的运动康养方案。

“我们利用专业设备精准采集数据,依据老人身体状况定制训练计划。”杭州市社会体育指导协会副秘书长张怀玉举例说,“教练会根据评估出来的数据,进行个性化的指导锻炼。”值得一提的是,本次训练营还首次使用人工智能设备,快速检测足底、便捷检测脊柱侧弯等机器为参训老年人提供更精准的个性化运动康养方案。

据街道社会事务办公室主任包芹芹介绍,后续计划在其他社区复制开展。目前,文新街道正在筹备老年人运动康养专属场馆,引进社会力量共同参与,实现老年人运动康养训练营常态化。

基层体育工作者变身匹克球“种子教练”

本报讯 7月21日至23日,由浙江省体育局主办,省体育服务中心(浙江省全民健身中心)承办的2025年省体育局“送体育下乡”匹克球培训班在丽水市体育中心开班授课。来自省内10个设区市的近百名基层体育工作者进行为期3天的集训,目标是变身能教能打的匹克球“种子教练”。

场馆内,挥拍声、脚步声交织成“进阶交响曲”。学员们紧盯着教练的每一个示范动作,反复揣摩、打磨细节,训练氛围浓厚。这次培训重点是“实战型推广”,参

训学员本身就有体育基础,通过系统学习,他们不仅要吃透匹克球的完整规则、核心技战术,更要掌握科学的教学方法,成为各地带教推广的“骨干力量”。

“我之前学网球的,匹克球的拍子和球轻很多,对初学者很友好,回去之后,我会将这项运动推广给更多的学生和朋友。”湖州学员孙冻楹表示。2024年省锦标赛男单冠军柴成介绍,匹克球运动作为一项新兴运动,非常受欢迎,器材简单、上手简单,可以让更多人愿意走进体育场去打匹克球,推动全民健身。

这项融合了乒乓、网球、羽毛球“基因”的运动,靠低门槛、高趣味圈粉无数,成了全民健身的“新晋顶流”。此次省级培训落户莲都,是省体育局与地方的“双向选择”。既看中莲都作为区域中心的场馆硬件、群众基础和辐射能力,也为当地打造区域体育高地再添助力。随着这批“推广官”返乡,匹克球将在城乡社区、学校、场馆广泛传播,推动全省全民健身向更广覆盖、更高水平发展。

(通讯员 陈铃涛 郭晓炜 田晓)

600幼儿上演智慧对决



本报讯 7月24日-27日,2025年浙江省幼儿体育大会暨第十九届幼儿棋类嘉年华在东阳横店镇举行。来自全省各地的近600名幼儿棋手齐聚一堂,在围棋、象棋、国际象棋、国际跳棋、五子棋五大项目中展开智慧角逐。(通讯员 万里帆)

战略合作伙伴



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
邮政编码:310004 发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545