

家门口乐享健身 宁波体卫融合再添新阵地

本报记者 毛佳琦

本报讯 5月8日,位于宁波东部新城的湖悦·鄞州区运动健康中心正式启用,标志着宁波市在构建更高水平全民健身公共服务体系、落实“体卫融合”理念上迈出了坚实一步。

开业仪式上,宁波市体育科学研究所所长陈飏指出,构建更高水平的全民健身公共服务体系,是顺应民生期盼的内在要求。针对群众从“能健身”向“科学健身、便捷健身”转变的需求,湖悦·鄞州区运动健康中心应运而生。

据悉,该中心秉持“运动是良医”的核心理念,打破了传统健身房的模式,创新性地设置了包括能量代谢训练区在内的六大功能区。中

心配备了专业的运动设备和资深的服务团队,能够为全年龄段人群提供“健康科普-体质检测-运动处方-健身指导-康复调理”的全链条服务,真正实现“科学健身进社区、健康服务零距离”。

活动现场,浙BA宁波队成员、知名运动达人张瀚的分享引发了全场共鸣。曾因体重近300斤而踏上减重之路,又在职业生涯中经历膝盖重伤、多次手术的张瀚,用亲身经历诠释了科学运动康复的重要性。“很多人觉得受伤了就‘歇几天’,结果小伤拖成了顽疾。”张瀚感慨,是科学的运动康复,让他从伤病的焦虑中走出来,重回赛场。

作为家门口的健身场所,该中心未来的运营备受关注。对此,陈飏提出,要坚持公益导向、惠民为本,让居民“用得起、用得好”;强化专业引领、规范运营,提升运动处方师等专业人员的服务能力;各方协同发力、共建共享,营造“人人爱健身、人人享健康”的良好氛围。

随着中心的投入使用,宁波东部新城的居民们在家门口就能享受到专业的体质检测、科学的健身指导和系统的运动康复服务。这不仅是一座社区运动健康中心,更将成为群众身边的“健康驿站”和“健身乐园”,助力宁波加快建设体育强市,绘就全民健康的幸福底色。

杭州茶山踏春健步同行



本报讯 近日,杭州市余杭区闲林街道、中泰街道老年体育辅导站组织130余名老年人,相约在方家山场地上,开展了一场绿意盎然的大朗山联谊徒步活动。

(通讯员 沈国泉 杨 楨)

宁波海曙奇点队四战全胜获第一



本报讯 日前,2026年赣州市第三届青少年足球邀请赛在江西定南(国家)青少年足球训练中心举行,宁波海曙奇点队先后以3比0击败赣州青训队、2比1险胜定南赣联队、3比2力克龙岩足协队、3比0完胜梅州客家队,最终以四战全胜斩获男子组团体第一名。

(通讯员 谢雨琪 何瑜杰)

海盐乡村乒乓球赛暖意融



本报讯 日前,海盐县沈荡镇白洋村举办乒乓球趣味赛。赛事聚焦全龄参与、全民共享,设置青少年组、亲子组两大组别,搭建起群众强身健体、交流互动的平台。

(通讯员 周岚婷)

金华首届骑行台大赛云端竞速



本报讯 日前,2026金华市首届骑行台大赛在金华万达广场金瓯店举行。金华市自行车协会相关负责人表示,未来协会将继续联合本地商家推出更多群众性赛事,推动全民健身与城市消费深度融合。

(通讯员 胡一谦)

多点联动 杭州门球爱好者挥杆逐梦

通讯员 傅玉山 本报记者 陈素琴

本报讯 5月7日,杭州市门球锦标赛(女子组)在杭州门球馆率先开赛。来自杭州市各区、县(市)及会员单位的28支女子门球劲旅齐聚一堂,以球为媒,切磋技艺。

本次赛事历时一个多月,设女子组、团体组(单、双人赛)、五人制赛(甲、乙组),分别在杭州门球馆、建德市、临平区、萧山区四大场地开展,累计有千余名门球爱好者参与。其中,女子组赛事于5月7日至9日率先上演,团体组赛事定于5月22日至24日在建德市举行,乙级组、甲级组五人制赛事则分别于6月2日至4日、6月5日至7日在临平区、萧山区接续开赛,形成“多点联

动、全域参与”的赛事格局。

“本次锦标赛为门球爱好者搭建交流切磋的平台,推动这项运动健康、有序、蓬勃发展。”杭州市门球运动协会副主席兼秘书长雷鸣球表示,赛事已开展十五年,本次锦标赛得到了各区(县、市)门球协会、各参赛单位的积极响应,参赛队伍涵盖机关、社区、高校、军休系统等,既有常年征战赛场的老牌劲旅,也有初出茅庐的新生力量。

“我打门球已经十年了,这项运动节奏适中、没有激烈对抗,既能锻炼身体,又能结识志同道合的朋友,特别适合我们中老年人。”军休队队员胡艳芳握着球槌,脸上满是笑

意。她还分享,门球看似简单,实则易学难精,需要技术、心态和战术的结合。

据了解,杭州目前已有12个区(县、市)成立了门球协会,每年经常参加各类门球赛事的爱好者达5000余人,门球运动已成为推动全民健身的重要力量。本次锦标赛实行甲乙组升降级制度,乙级组前八名将升级参加下一届甲级组赛事,甲级组后八名则降级至乙级组,以此增加赛事的激烈程度。杭州市门球运动协会主席王炜介绍,协会将继续致力于推动门球运动的普及与发展,接下来将继续开展门球“五进”活动,向青少年和更多群众普及门球运动。

争夺“武道之巅” 全国空手道爱好者以武会友

本报讯 5月6日-8日,2026年全国青年空手道锦标赛在温州市瓯海区举行。作为国内青年空手道领域的顶尖赛事,本届锦标赛吸引了来自全国各地的39支队伍参赛,参赛运动员、领队、教练员及工作人员总计700余人。

比赛设男子、女子等多个体重级别和项目。据赛事技术代表介绍,2026年新规强调“快打快收”的技术风格,同时对倒地后的攻击行

为进行更严格的限制,这对选手的技术选择提出了更高要求。

在5月7日比赛中,湖南队欧阳佳怡斩获女子+68公斤级冠军。这位2009年出生的年轻选手,凭借稳定的赛场发挥,稳步成长为国内优秀的青年空手道运动员。“最先感谢的就是教练,不仅传授专业技术,更教会我解决问题的方法和坚定的勇气。”欧阳佳怡说。

据了解,近年来,瓯海区深入

实施全民健身国家战略,坚持以体育赋能城市、以赛事激发活力。瓯海已成功举办了世界青少年武术选拔赛、全国青少年龙舟锦标赛、浙江城市篮球联赛等一系列高规格赛事,比赛的举办,将进一步推动空手道运动在青少年群体中的普及与发展,也为瓯海积累高水平办赛经验、深化“体育+文旅”融合注入新动力。

(通讯员 叶海鹏)

浙江业余网球赛事焕新升级

本报记者 陆英健

(上接1版)

赛事严守草根竞技底线,明确仅限在浙江工作、学习、生活满一年的非职业运动员参赛,杜绝退役专业选手参与,守住纯粹的业余赛事属性。同时,通过细化年龄分组、实行赛前公示监督制度,严格规范赛制,避免实力悬殊对决、杜绝违规参赛行为,全方位保障业余选手的参赛体验与赛事公平。

赛事保留男女单打、双打经典项目,借助精细化的年龄分组覆盖全年龄段爱好者,适配不同水平选手。本次浙TA总决赛落地网球氛围浓厚的嘉兴,依托当地成熟的办赛经验与雄厚的人才储备,实现赛事与城市体育的深度融合。未来,浙江将依托积分管理体系推进赛事数字化改革,持续完善业余网球赛事体系。

从老牌赛事四十余年深耕沉

淀,到浙TA焕新登场,浙江业余网球完成了积淀、蓄力、迭代的完整升级。省网球协会副主席兼秘书长毛昭平表示,浙江网球正迎来快速发展期。接下来,全省将大力加强网球场供给,优化空间布局,鼓励利用闲置空间建设小型化、嵌入式场地;深入开展网球进校园、进社区、进企业、进机关、进乡村活动,持续降低参与门槛。

战略合作伙伴



浙江体彩



黄龙体育中心
HUANGLONG SPORTS CENTRE



浙江体育职业技术学院

合作伙伴



浙江省体育基金会
ZHEJIANG SPORTS FOUNDATION

■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