

# 南京体育“不夜城”为运动加分

本报记者 轧学超

“作为‘南京打工人’，我们太幸福了！”近期，不少江苏南京市民发出这样的感叹。在南京市建邺高新区新城科技园片区的高楼和高架桥间，悄然出现了一座“西城·夜未央”24小时运动街区体育公园。该项目占地面积近50000平方米，以运动为主题，融合“年轻化+城市品牌”建设理念，规划打造复合型“运动+生活+商业”区域生态网络。

体育公园整体分为城市会客厅、专业运动场、无界综合运动场三大板

块，拥有夜光跑道、足球场、篮球场、羽毛球场、马术场、滑板碗池、射箭馆、高尔夫馆等专业运动场馆10余个，咖啡馆、酒吧、餐饮店、便利店等商业载体12家，3D裸眼大屏、LED无动力风车、涂鸦绘画墙等互动、打卡装置6处。

“西城·夜未央”24小时运动街区体育公园周边是建邺区主导产业最密集、商务楼宇最集中、年轻人最多的地段，每当南京地铁10号线的晚班车在夕阳的余晖中渐渐消失，流光溢彩的街景展现出动感、振奋的夜韵律，年轻的白领们如潮水般从各大楼宇中涌

出，“西城·夜未央”24小时运动街区体育公园是承载他们物质精神需求的最好载体。自今年5月开街以来，“西城·夜未央”24小时运动街区体育公园活动不断，运动健身、露天影院、演唱会、烟火市集……为建邺运动夜生活解锁更多精彩好玩的打开方式。

前不久，由南京市体育局、市体育总会主办，建邺区文化和旅游局（体育局）、建邺区体育总会承办，江苏省体育竞赛协会协办的南京市首届社区运动会也在“西城·夜未央”24小时运动街区体育公园启动，运动会比赛项目包括市级社区运动会陆地

冰壶比赛、区级的五人制足球比赛、街道级的三人篮球比赛、社区级的象棋比赛和高尔夫比赛。除了市-区-街道-社区四级运动会的比赛，运动会现场还开展了太极拳、飞盘、少儿体适能、瑜伽、滑板等群众喜闻乐见的活动展示，真正让社区运动会成为全员参与的体育嘉年华。建邺区文化和旅游局（体育局）相关负责人表示，接下来，多场群众体育活动还将在“西城·夜未央”24小时运动街区体育公园举办，让更多的群众关注健身、热爱健身，让健身运动成为人们的一种健康生活方式。

健身快车



参赛选手在颁奖典礼上。

主办方供图

## 中国大学生健美健身锦标赛落幕

本报讯 由中国健美协会、中国大学生体育协会主办的“赛普健身杯”中国大学生健美健身锦标赛暨世界青年健美健身锦标赛选拔赛日前在厦门落下帷幕。

来自全国67所高校的400多名大学生运动员经过激烈角逐，最终，杨康获得古典健美全场冠军、李振博获得男子健美全场冠军、苗慧获得健身比基尼全场冠军、索启涵获得男子健身模特全场冠军、赵婉羽获得女子健身模特全场冠军、邹泽凯获得传统健美全场冠军。

为了确保比赛在公平、公正的环境下进行，提升比赛质量，此次大赛中国健美协会委派15位国际级裁判、17位国家级裁判现场执裁。

相关负责人介绍，健美健身对塑造大学生健康体魄，以及素质培养具有良好效果，大学校园里推广健身健美运动得到了有关部门的大力支持，大学生群体参加健美健身运动数量激增，赛事则成为大学生们展示自我、树立信心的绝佳方式。

(刘未)

北京市第14届全民健身体育节

## 篮球嘉年华 “19岁”正青春

本报记者 顾宁

日前，第十九届北京3对3街头篮球挑战赛在周家庄村文化体育公园举办。一场场紧张激烈、扣人心弦的比赛，不断地在篮球场上演，每位参赛选手都把自己的技艺发挥得淋漓尽致，他们高超的竞技水平和矫健的身姿，展现京城篮球爱好者的体育精神。

已经连续举办19年的这一赛事被誉为“京城篮球嘉年华”，为更好地将街头篮球文化融入到群众体育赛事中，今年的赛事继续采用“1+3”的竞赛办法，即：一对一斗牛和三人制篮球相结合，以此增加比赛的观赏性和竞技性。本次比赛设男子组、女子组和亲子组，赛场外还设有投篮、三分球大赛、飞盘等娱乐项目，让大家在紧张激烈的竞技比赛之余，还能放松心情，缓解比赛压力。

平时酷爱篮球运动的张越然此次和朋友一起来参赛，他感到非常开心。他说：“街头篮球讲求配合，团队精神为上，单靠个人能力是不够的，和队友配合好，才是取胜的关键。”同时，他表示，此次比赛不论是组织、服务，还是氛围都非常好。通过这样的平台，可以让有共同爱好的朋友相互交流、相互促进。

北京市社会体育管理中心相关负责人表示，北京3对3街头篮球挑战赛不仅是北京市的传统品牌赛事，也是精品赛事，深受广大年轻人的喜爱。作为一项有传统、有故事、有文化、有品位的全民健身赛事，主办方希望通过街头篮球这项运动，带动广大北京市民积极参与全民健身赛事活动，满足广大市民的体育健身需求，构建更高水平的全民健身公共服务体系，促进群众体育高质量发展，助力健康中国和体育强国建设。

值得一提的是，今年主办方继续设立亲子组比赛，通过比赛让京城的广大少年儿童在运动中感受快乐和家庭的温馨。

本次比赛由北京市社会体育管理中心等主办，北京市篮球运动协会、北京睿智翔云广告有限公司等承办。



选手在比赛中。

主办方供图

天空很辽阔 我们一起飞

## 滑翔伞高手齐聚浙江苍南

本报记者 冯蕾文/图

近百名国内顶尖滑翔伞运动员在山顶上依次起飞，目光所及是高远辽阔的山海风光……日前，由国家体育总局航空无线电模型运动管理中心、中国航空运动协会主办的“圣境山杯”2023年全国滑翔伞定点联赛在浙江温州苍南罗家山(雾城)航空飞行营地举行。在为期三天的比赛中，运动员们发挥出比较稳定的水平，空中一览无余的“168海岸线”美景也增添了参赛选手们的动力。最终，男子前六名为陈洋、吴勇、宋飞飞、余旭、颜广立、吴振强，女子前三名为黄芳、高中晶、郭婧，团体前三名由牙哥户外队、河南队、都江堰鱼嘴队获得。

“比赛飞行全程令人陶醉，十分惬意，真的想一直飞，不想落地。”来自都江堰鱼嘴队的运动员孔祥燕在女子组比赛中获得第4名，她说：“比赛的起飞场在罗家山上，起飞后判断风向风速、调整航线，精确控伞，在空中自如地舒展着身姿，五颜六色的滑翔伞犹如一朵朵彩斑斓的‘云朵’随风飘动，降落点就在月亮湾大沙滩上，碧海蓝天的飞行场地在国内并不多见，非常适合运动员发挥出最佳状态，希望大众也能参与其中，一起体验滑翔伞运动的无限魅力。”

“祝大家一会儿得个0分。”为什么这么说？其实在滑翔伞定点比赛中，0分是最高分。赛事裁判

李建明介绍说：“滑翔伞定点比赛，是一项比拼降落精度的赛事，运动员们经过大约300至400米高度的滑翔后，最终以‘靶盘’为目标降落，运动员落地时踩中靶盘圆心即为0分，先落地脚与靶盘圆心的误差，每1厘米会积1分，积分越少说明降落精度越高。”

温州苍南罗家山航空飞行营地创建于2015年2月，相对高度300米，降落场设在雾城村的大沙滩上。该营地曾举办过中国滑翔伞国家队集训、全国双人滑翔伞飞行员考核、2017年全国滑翔伞定点联赛(温州站)等活动，是温州市第一个命名的航空运动营地，也是市级非奥运动项目训练基地(滑翔伞)、浙江省运动休闲旅游优秀项目、运动休闲旅游精品线路，2023年4月被国家体育总局评为第三批全国滑翔伞运动培训合作机构。

苍南县十分重视航空体育运动发展，紧扣“迎亚运、享赛事、游苍南”的目标，打造赛事之城，以“168黄金海岸”为依托，依托海洋运动资源禀赋，加快体育赛事“引流”。苍南县文广和广电旅游体育局相关负责人表示，“此次滑翔伞定点联赛的举办，为运动员们打造一个展现勇气与技艺的舞台，通过‘航空体育+旅游’的模式，让广大群众更近距离接触滑翔伞这一低空航空运动，实现以赛事筑品牌、聚人气，以赛事带旅游、促消费，不断提升苍南城市影响力、知名度、美誉度。”



参赛选手飞向靶盘圆心。

## 深圳新增9套室外智能健身房

本报记者 林剑

“根据现场检验，结合本项目检验方案，所有设备满足正常安全使用要求，完成项目任务目标，同意验收。”日前，由深圳市光明区文化广电旅游体育局组织专家教授对光明区新建的9套室外智能健身房项目进行检查验收，并正式面向所有市民免费开放，赢得了周边居民的一阵喝彩声。

专家组成员包括光明区文化广电旅游体育局调研员金雄辉，深圳大学全民健身研究中心主任、教授席翼，深圳市计量质量检测研究院货物类检测负责人、高级工程师刘祥，深圳市社会体育指导员协会副会长陈庆宏，南方科技大学体育中心主任、教授董仑红等，通过听取汇报、查阅资料、市民访谈、实地考察、现场提问等形式，对光明区9套室外智能健身房的安装及使用情况进行了全面、深入、细致的检查和考核，并一致同意通过验收。

光明区新启用的9套室外智能健身房，分布在玉塘街道玉律社区玉律公园、马田街道石家社区党群服务中心、新湖街道新美社区新美社区公园、光明街道光明社区明安花园广场、玉塘街道虎地山公园、凤凰街道东坑社区公园、公明街道红花山公园、公明街道西田体育公园、新湖街道三月风楼村社区公园。

智能健身大数据后台显示，截至目前，刚启用的9套室外智能健身房已

经有超过16万市民经常使用，使用人次超过130万，其中31-45岁、18-30岁年龄段的用户数位列第一和第二，依次占比43.0%、25.0%，吸引越来越多的中青年群体来到公园享受智能健身，改变了户外健身设施只有“老年人玩”的情况，惠及更多人群。

“这个器械有自我保护能力，我这样做(向后仰)的时候，它不会一下子倒下去，会慢慢地辅助你做动作，在没有教练的情况下，自己也能安心地在这里训练。”市民谢先生体验了这些健身器材后，竖起了大拇指，认为这样专业又安全的设备可以让更多“健身小白”也能享受到运动的乐趣。“不用办卡，想来就来”“下班回家路上顺便到公园来锻炼，这就很方便”“一边带孩子玩，一边锻炼，一举两得”“政府为民做的实事好事”，新启用的室外智能健身房将体育基因渗透光明区的各个角落，赢得了广大市民的普遍好评。

据了解，室外智能健身房是好家庭推出的全民主动健康基础设施，融合人工智能、物联网、云计算、大数据等技术，首创将国家队体能训练技术应用到全民健身场地设施中，结合13项身体能力测试+14项循环心肺力量训练，针对不同身体部位、肌群进行专项训练功能模块的科学配置，以最大限度地保证健康科学的运动方案实施，满足不同人群的多层次健身需求，让更多群众通过科学健身享受健康体魄。

## 将科学健身指导送到群众身边

本报记者 轧学超

“控制身体节奏！注意腰部发力！”在江苏南京江宁区淳化街道青龙社区，全国科学健身指导走基层(南京江宁站)暨江苏体育冠军“双百双送”公益活动日前举行。现场进行了广场舞展演和广场舞公益培训，100名广场舞爱好者在江苏省广场舞健身舞运动协会指导老师的带领下，学习新的舞蹈套路。

此次活动以广场舞为媒，把体育活动和健身知识送到群众身边，指导人们科学锻炼、掌握体育健身技能，引导百姓养成科学运动理念和健康生活方式。广场舞爱好者王月兰说，广场舞运动入门简单，兼具娱乐和健身功能，是深受人们喜爱的集体运动，此次体育公益活动不仅丰富活跃了文化生活，也在潜移默化中培养了大家的健身意识，还提升了周边居民的参与感、获得感、幸福感。

活动现场，国民体质监测车为群众进行了免费体质测试，科学健身领域专家逐一解读测试报告，提出专业健身建议。参与体质测试的居民周荣告诉记者：“我第一次见到国民体质监测车，体质测试方便快捷，体质健康状况报告附有详细的分析和解释，还会针对问题给出运动处方。之前经常在媒体上看到国民体质监测的介绍，今天自己也拿到了这份‘健康处方’，以后吃、喝、运动，心中都有数了。”

在社区党群服务中心会议室，专家为居民们作了题为“运动健身与科学膳食”主题讲座。淳化街道还开设了展台向来宾和游客展示当地的特色农产品，女足亚运会冠军王丽思走进直播室，向网友热情介绍淳化的悠久历史和当地特产，为自己家乡的振兴发展助力赋能。

广泛开展全民健身公益活动，让体育下沉到基层，用体育的力量助力公益，既满足了群众对全民健身的需求，也为人们的生活注入了新内容、新活力。开展体育公益活动，还有利于公共服务优质共享，让群众对共同富裕成果可及、可感、可触。

“发挥体育的独特作用，让城乡洋溢运动的气息。”江苏省文明办相关负责人表示，本次活动旨在弘扬体育精神，在丰富群众文体活动的同时，广泛传播科学健身知识，积极发挥体育在促进人的全面发展中的重要作用，在促进全民健身和全民健康深度融合的同时，有助于进一步加快构建城乡均等的全民健身公共服务体系。

本次活动由国家体育总局群众体育司指导，总局社会体育指导中心、江苏省体育局、江苏省文明办、江苏省民政厅、江苏省农业农村厅、江苏省体育总会、江苏省发展体育基金会共同主办。