

以毽为媒 绘就全民健身活力画卷

本报记者 轧学超

发球、防守、起球、倒勾，一气呵成，只见毽球上下翻飞，引得现场群众一片叫好。这是正在举行的由国家体育总局社会体育指导中心、中国毽球协会主办的“天行毽·毽行九州”2023年全国毽球公益推广大篷车活动。全国毽球公益推广大篷车活动辐射全国16个省区市，此次还专门设立了“民族团结行”专题，以毽球为媒介，通过组织赛事、提供毽球训练装备支持、开展民族文化交流互动等形式，弘扬中华优秀传统文化。

在新疆乌鲁木齐，2023年全国毽球公益推广大篷车活动分别来到天山公园和红山体育馆。活动中，毽球世界冠军、全国冠军向大家展示了花毽、

网毽的运动魅力，并向现场观众普及毽球知识，传授运动技巧。毽球是一项传统体育项目，集羽毛球的场地、排球的规则、足球的技术为一体，兼具趣味性、观赏性、健身性和对抗性。乌鲁木齐市毽球协会会长赵立富说：“毽球运动适合男女老少随时随地参加。接下来，我们将进校园、入社区、去景区、到乡村，广泛开展毽球运动，带大家投入到全民健身运动中来，共享健身运动带给大家的幸福生活。”

毽球爱好者李曼说：“此次全国毽球公益推广大篷车活动为我们提供了专业的交流学习平台，希望更多的年轻人能体验毽球、爱上毽球。”本次乌鲁木齐站的活动还安排了毽球段位制推广，这也是中国毽球协会制定试行的中国毽球段位制技术标准

评定在新疆的首次推广，现场为符合要求的广大毽友颁发毽球初段位证书。

每一名毽球爱好者都是毽球运动的宣传者、实践者，很多毽球冠军也加入了毽球推广活动，马伟伦就是其中之一。马伟伦先后在2015年第八届世界毽球锦标赛、2017年全国学生毽球锦标赛、2018年全国毽球锦标赛等大型赛事中获得冠军，这次他来到新疆阜康推广毽球项目，不仅为大家演示了高超的毽球技巧，还与群众进行了互动，受到了大家的热烈欢迎。马伟伦对阜康的体育氛围也是赞不绝口，他表示：“阜康的场馆不论是设施还是环境，都很专业，阜康市广大毽球爱好者，不管是青少年还是中老年人，热情都很高涨。此次活动，就是为了进一

步传播毽球文化，普及毽球知识，加强毽球文化的传承和保护。”

毽球推广活动点燃了全民健身热情，掀起全民健身热潮，充分展示了体育活动在吸引人流、聚拢人气等方面的作用。阜康市民杨建花告诉记者，今天在家门口看到全国性的体育赛事活动，我们非常激动。现在，我们的文化体育生活越来越丰富。

全国毽球公益推广大篷车活动广受欢迎只是毽球运动发展的一个缩影。近年来，在国家体育总局群体的指导下，总局社体中心和中国毽球协会通过广泛开展毽球赛事活动，不仅提高了群众参与毽球运动的积极性，也营造了活力健康、拼搏向上的毽球文化氛围，取得了良好的社会效益。

神镖手比拼北京飞镖公开赛

本报记者 顾 宁文/图

日前，300余名飞镖运动爱好者齐聚第三届北京飞镖公开赛，展开激烈比拼。

本次比赛分为竞技组、大众组、学生组共三个组别。竞技组除北京本地选手外，还吸引了来自大连、天津、山西等地的众多高手；大众组报名开启后，第二天就报满，组委会只能开通临时通道增加名额；学生组连续三届报名满额。可以说，北京飞镖公开赛参与面越来越广，参与人数越来越多，飞镖运动越来越受到大众的喜悦。

北京市社会体育管理中心主任卢宪菲表示，飞镖运动对于参赛选手的专注度要求很高，但是难度并不大，同时不受年龄、场地等限制，因此，非常适合普通大众参与，是全民健身活动的好选项。多年来，北京市社会体育管理中心积极推广飞镖运动，特别是推动飞镖运动进校园，让更多的孩子了解飞镖运动、参与飞镖运动，进而带动他们积极锻炼身体，加入全民健身的队伍中，收获健康与快乐。

北京市飞镖运动协会秘书长赖丛兵介绍，“本次赛事吸引了企事业单位、学校等选手参加，参与人群可谓越来越广”。近些年，在北京市社会体育管理中心的大力支持下，北京的飞镖运动发展速度很快，未来，我们除了继续



办好相关赛事外，还要扩大赛事的参与面，计划增设小学组等，以此吸引更多人群参与其中，促进飞镖运动更好发展。”

据介绍，北京飞镖公开赛经过三

届的发展，已逐渐形成政府主导有力，企业积极参与，发挥社会组织专业优势的新局面。以本次赛事为例，就得到相关企业的大力支持，未来还将持续通过多元化的赛事合作，助力全民健

身发展。

本次赛事由北京市社会体育管理中心、北京市体育基金会、朝阳区体育局主办，北京市飞镖协会、北京夺镖体育文化有限公司承办。

滑翔伞顶尖高手齐聚南康竞逐蓝天

本报记者 冯 蕾文/图

南康八月，碧草如茵，白云涌动，稻田千里。布谷寨体育公园内游人如织，色彩斑斓的热气球、滑翔伞与动力伞编队承载着人们与天空共舞的勇气与梦想。

8月23日，“圣境山杯”2023年全国滑翔伞定点联赛（江西赣州站）在江西赣州南康区龙回布谷寨体育公园公主岭国家航空飞行营地举办。为期3天的比赛吸引了国内51名顶尖滑翔伞运动员齐聚一堂，竞逐蓝天，尽显英姿。本站比赛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，江西省航空运动管理中心、江西省航空运动协会、赣州市体育局、赣州市南康区人民政府承办。

本次比赛设个人定点、团体定点项目，分为男、女个人赛和团体赛。“本站为全国滑翔伞定点联赛第3站比赛，总决赛将在湖北荆门举行，全年积分优胜者将会入选国家滑翔伞定点集训队，代表中国参加国际比赛。”滑翔伞国家集训队教练、本次比赛总裁判长元林朝说：“目前世界滑翔伞定点项目积分排名世界第一和第二的顶尖选手也代表河南队参加了本站比赛，并且在上一站比赛中取得团体冠军，运动员代表了国内最高水平，场地飞行环境过硬，裁判员队伍水平一流。希望大家以赛代训，享受比赛，以张弛有度的良好心态发挥出最佳水平。”

“滑翔伞实现了我从小翱翔蓝天的梦想，在天际

中自由自在飞翔的感觉非常棒，希望通过赛事带动更多人参与到滑翔伞运动中来，亲身感受到滑翔伞运动的魅力，让滑翔伞运动从小众走向大众。”肖本琪飞行滑翔伞十余年，自空军部队退役后，便在江西省航协从事航空事业，并在当地打造了武功山飞行营地和明月山飞行营地，此次代表东道主江西队前来参赛。他表示，以交流学习为目的，重在参与。“两个起飞场高差分别为400米和330米，空域辽阔，高度、风速、气候等都非常利于飞行，尤其是全方位起飞场内罕见，是一处户外运动的理想之地。”

黎欧今年60岁，是参赛选手中的一员老将，坚持飞行滑翔伞十年，他希望对大众传达热爱健身，坚持运动的正能量。“热爱一项运动就要持之以恒，滑翔伞能让人飞得更高更远。这次比赛场地飞行环境全国一流，在空中看到地面一排排整齐的厂房，体育公园郁郁葱葱的步道，夕阳映照下的山川、草地上飞起的一片白鹭……每个角度都诠释着飞行的美妙。”他说。

近年来，南康区充分利用区域优势、自然资源及客家文化的人文资源，大力发展当地航空体育旅游，打造了龙回布谷寨体育公园公主岭国家航空飞行营地。南康区委相关负责人说：“营地具有得天独厚的地质气象条件，营地全年风向稳定，全年可飞天数达280天，高度可达2000米，是全国少见的理想滑翔场地。全国滑翔伞定点联赛是国内级别最高、影响力最大的航空赛事，有利于南康进一步拓宽以‘竞技+休闲+旅游’为主的体旅融合发展新格局，助推乡村振兴。”

健身快车

婺处古道马拉松活动打卡启动

本报讯 日前，“重走千年古道，探寻神秘俞源”俞源乡首届婺处古道推介会举办。推介会由浙江省武义县文化和广电旅游体育局、俞源乡人民政府、国际古道网共同主办，旨在推动婺处古道马拉松的举办。

推介会上发布了婺处古道（俞

源段）线路，举行了“N3040全球标志牌”和“婺处古道马拉松活动举办牌”的授牌仪式，签署了《婺处古道保护宣言》，聘请环球旅行家、古道研究者吴涛为婺处古道旅游推广大使，同时宣布婺处古道马拉松活动打卡启动。

（林 剑）

全民健身展演系列活动助力乡村振兴

本报讯 近日，由中国民族贸易促进会主办的百城百万人助力乡村振兴——全民健身展演系列活动暨健步走活动启动仪式在北京举行，来自全国各地的健步走团队负责人120余人参加了启动仪式。

据了解，本次健步走活动旨在落实国家十二个部门《关于推进体育助力乡村振兴工作的指导意见》，促进全民健身和全民健康深

度融合。

中国民族贸易促进会是集公益性、服务性、民间性、综合性为一体的全国性社会组织。发展体育事业和促进乡村振兴相辅相成，中国民族贸易促进会将借助全民健身展演系列活动的契机，弘扬中华民族文化，推动全民健身事业发展，落实体育助力乡村振兴战略实施。

（轧学超）

成都锦官新城 闲置绿地变健身乐园

本报记者 林 剑文/图

“这些都是新安装的，我太喜欢了，每天晚上来锻炼的人都要排队。”说起成都市武侯区锦官新城绿地小广场的“室外智能健身房”，市民潘大姐由衷地感叹道。

一个多月前，这里还只是一片闲置绿地，缺少健身配套设施，满足不了周边居民运动需求，鲜有人问津。

“投入使用室外智能健身房，为周边居民提供更便利、更科学、更智能的多元化运动健身服务，让市民走出家门就能运动。”武侯区文化体育和旅游局相关负责人表示，武侯区将继续合理利用公园绿地、城市剩余空间、“金角银边”，打造15分钟健身圈、市民健身新空间，通过智能设施的建设和推广，着力提升公共体育设施服务水平，不断满足人民群众健身需求，为成都全面建设公园城市示范区和世界赛事名城作出武侯贡献。

据了解，新建成的室外智能健身房，占地面积约400平方米，配置有体质测试区、体能训练区、益智休闲区、拉伸放松区等，分别有体质测试驿站、推胸划船双功能训练器、高拉推举双功能训练器等十余件智能化的体育健身器材及轨道式军棋、象棋等智力运动设施。

根据《武侯区室外智能健身房使用情况分析报告》显示，设施建成不到一个月的时间，就吸引了近2500位市民前来锻炼，使用人次高达2万余次，大大提升了市民运动的积极性，瞬间拉满了社区的运动氛围。

“这里比专业健身房里的器材还要好，在健身房做力量训练都是‘撸铁’，这里都是电磁阻力，可以一级一级调节阻力大小，能够满足我不同强度

的训练要求，真的很智能！”健身爱好者张先生常在健身房锻炼，小广场的智能健身器材启用后，他就迫不及待地来体验。

这里不仅受到健身达人的青睐，对于大多数“健身小白”更是“包教包会”，“如何正确使用健身器材？”“运动器材可以锻炼哪些身体部位？”……这些疑问都能在配套的小程序中得到答案，不仅有每个设备的使用方法，更包含了锻炼时的注意事项，视频演示真人教学，让每个市民都能轻轻松松使用专业器材进行锻炼。“操作特别简单，有指示牌，还有教学视频，我还以为要收费特别贵呢，竟然是免费的。”亲自体验了室外智能健身房的市民刘先生做完拉伸运动后，竖起了大拇指，“在家门口就能享受到健身房的专业设备，太方便了。”

相比传统的健身设施，此次安装的室外智能健身房融合人工智能、物联网、云计算、大数据等技术，让市民可以在家门口免费享受更加科学化、系统化和定制化的健身服务。据悉，室外智能健身房是深圳市好家庭健康科技有限公司首创研发的全民“主动健康数智基础设施”，不仅健身设施功能丰富、难度可选，一切都能可视化操作，市民通过手机互联，个体化的健身数据、体测报告、运动处方皆可一键生成。

截至目前，成都市已启用6套室外智能健身房，吸引了近10万市民经常锻炼，使用人次超86万人次，获得了市民的普遍好评，迅速成为当地的“网红打卡点”，很好地带动了周边居民的运动健身热情。室外智能健身房作为全民健身强力的“助推器”，正在悄然推动健身成为人民群众的生活习惯，为“幸福成都”再添一抹“动人”的风景。



天空很辽阔 我们一起飞