

大漠健身运动大赛“燃”在沙坡头

“一二、一二……”伴随着鼓点,选手们手持麻绳,在沙漠上相互角力,欢呼声愈发热烈。这是正在宁夏中卫市沙坡头景区举办的“沙坡头杯”第五届全国大漠健身运动大赛,一场激烈的沙漠拔河赛点燃了现场所有人的激情。

全国大漠健身运动大赛是宁夏中卫市2007年创建的品牌赛事,是一项充分发挥地域优势、引领全民健身多元化发展的特色活动,深受全国各省市市健身爱好者的欢迎和喜爱。本次大赛共设置竞赛项目12个,其中集体项目8个,包括沙漠足球、沙漠排球、沙漠毽球、沙漠拔河、沙漠拉沙舟、沙漠羽毛球、沙漠定向团体赛、抢种抢收晒砂瓜;个人项目4个,包括沙漠滑沙、沙漠障碍赛、沙漠马拉松、沙漠定向个人赛,共有来自北京、江苏、福建、内蒙古等地的25个代表团共627名运动员参赛。

比赛中,选手们抱着西瓜狂奔,在沙漠“滑滑梯”,拉“骆驼”“尬晒子”,稍不留神就和沙漠“亲密接触”,满身满嘴都是沙子……欢声笑语在沙坡头景区此起彼伏。大赛不仅趣味十足,更是一场燃爆激情的速度对决和力量对决。在沙漠马拉松项目中,参赛队员争分夺秒翻越沙漠。在抢种抢收晒砂瓜



项目中,每组4名队员,两人负责将8个近10斤的西瓜“种”到指定位置,另外两人再把瓜“收”回起点,选手们绷紧腰杆、咬紧牙关,全力抱住西瓜,一路向前。宁夏银川市代表队选手李岩说:“本次活动充分展示了沙漠体育运动的魅力,推动了沙漠地区生态旅游发展,提升了居民和游客的幸福感和体验感,让大家赛得开心、玩得尽兴。”

中卫市沙坡头景区所在的腾格里沙漠是一片浩瀚、壮阔、苍莽的自由天地,这里可以滑沙、赏沙、戏沙,是举办大漠体育赛事活动的理想场所。中卫市民李淼告诉记者,大漠健身运动大赛给沙漠群众体育做了良好的示范,



对健身爱好者可以更多参与全民健身新项目、了解全民健身新领域具有重要意义。中卫市地处腾格里沙漠东南,近年来积极把握“体育+旅游”产业融合发展新趋势、新特点,并制定了全国首个《沙漠运动比赛项目标准》,进一步规范了30项沙漠运动规则、竞赛组织流程和器材规格,形成完备的沙漠运动比赛体系。本届沙漠运动会展现出了运动员朝气蓬勃、永不言弃的精神,同时也体现了当地对于沙漠区生态环境及沙漠文化传承与发扬的重视。

中卫市相关负责人表示,此次运动会的举办,既是对全民健身运动领

定点帮扶系列赛总规程发布

本报讯 近日,国家体育总局社体中心发布《关于2023年定点帮扶系列赛总规程的通知》(以下简称《通知》)。

《通知》指出,总局社体中心定于2023年9月至年底分别在在山西省代县、繁峙县和贵州省织金县组织定点帮扶系列赛,各分站活动既可以组织本地区运动员参加,也可以邀请全国乃至世界各地的运动员参加。

山西代县和繁峙将分别举办2023年中国轮滑(自由式轮滑)公开赛代县站、2023年代县指导员技能(太极拳)培训班、2023年代县花

毽大赛;2023年繁峙轮滑(自由式轮滑)邀请赛、2023年繁峙广场舞大赛、2023年繁峙健身走(跑)邀请赛。

2023年织金健身跑邀请赛、2023年织金速度轮滑邀请赛、2023年织金指导员技能(健身操舞、太极拳)培训班、2023年织金射弩邀请赛将在贵州织金举行。

定点帮扶系列赛事由国家体育总局社会体育指导中心、中国轮滑协会、中国毽球协会、中国社会体育指导员协会、体育总局社体中心广场舞和健身走(跑)推广委员会主办。

首套司机健康操推广

本报讯 近日,由国家体育总局社会体育指导中心组织编制的中国首套司机健康操正式发布。

司机健康操是由总局社体中心组织专家团队,结合司机群体工作环境特点,深入研究健身方法,在广泛征求各方意见的基础上,创编完成的。该操具有规范性、科学性、普适性、健身性、时代性、前瞻性等特点,简便易学,运动量适中,可有效缓解司机群体驾驶疲劳,满足司机朋友日常健身需求。

中国拥有全球最庞大的司机群体,2022年总人数超过5.1亿,分

布在卡车、客车、工程机械、农业机械、船舶、乘用车等领域。由于长期久坐,司机群体常患各类职业病,或者出现疲劳驾驶的情况,72.37%的货车司机因为开车患有胃病、颈椎病、高血压等职业病,司机的健康问题需要加倍重视。司机健康操的推广将增强广大司机朋友的健身意识和体质健康水平。

据悉,健康操微信小程序等线上平台已上线,让司机健康操学习更加简便,以提高广大司机群体参与司机健康操活动的热情,积极加入锻炼。

柔力球大篷车开进湖南永州

本报讯 近日,2023年全国柔力球大篷车公益惠民推广万里行活动(永州站)在湖南永州举行。来自湖南永州的200余名柔力球爱好者参加此次培训交流活动。

此次活动为期两天,邀请了全国柔力球运动推广委员会湖南推广中心负责人、国家级社会体育指导员、国家一级教练员、裁判员李凡凡,全国柔力球运动推广委员会国家级社会体育指导员、国家一级教练员、裁判员郭静波现场指导。

活动中,来自永州市的祁阳、冷水滩、零陵、双牌等地柔力球爱好者表演了《共圆中国梦》《我们都是追梦人》两个套路,李凡凡、郭静波针对学员们展演中存在的问题现场指导纠正。学员们重点学习了

国家体育总局社会体育指导中心推出的柔力球大众推广第二套《我们都是追梦人》。“柔力球是一项集舞蹈、太极动作于一体的轻柔缓慢的有氧运动,对身心健康有很大帮助,希望以后多举办这样的培训活动,让柔力球得到更大范围的推广。”参加培训的学员李宇华说。

此次活动是一项公益性体育惠民活动,旨在进一步推广普及柔力球项目,全面提高永州市柔力球运动项目的整体水平,推动永州市全民健身事业的蓬勃发展。

此次活动由国家体育总局社会体育指导中心主办、永州市文化旅游广电体育局指导、永州市全民健身服务中心承办、永州市柔力球协会执行。



健身秧歌(鼓)大赛(四川·广元站)举行

本报讯 近日,2023年全国健身秧歌(鼓)大赛(四川·广元站)在四川广元举行。来自全国各地的参赛选手以高雅而优美的表现,充分展示健身秧歌、健身腰鼓及手拍鼓热情奔放、引人入胜的独特魅力。

伴随动人的旋律,踏着欢快的节拍,敲着热情的节奏,《茉莉花》《秧歌情》《山路不止十八弯》等自选套路轮番登场,不断变换着队形,将秧歌的走、摆、扭、转、跳等重点元素充分融入音乐与舞蹈之中,用“鼓”舞方式演绎出风格独特的体育项目色彩,展现

出健康激昂、奋发向上的精神面貌,博得现场观众的阵阵掌声,纷纷拿出手机记录下精彩的瞬间。

“带着家人来广元旅游,没想到赶上全国的秧歌比赛。”来自成都的游客王雨希说,队伍各有千秋,北方的秧歌豪放粗犷,南方的秧歌柔美婉约,都有很强的艺术感染力,鼓类项目节奏鲜明、音乐欢快,动作大开大阖、气氛激烈昂扬,是一台精彩绝伦的体育盛宴。

据了解,秧歌、腰鼓在我国有着悠久的历史,一直伴随着人们的劳动、生活、祭祀、庆祝等活动。健身秧歌(鼓)是在传统秧歌、鼓类的基础上,把运动和舞蹈结合起来创编而成,兼具健身性、娱乐性和艺术性,深受广大练习者喜爱。

全国学生运动会(公开组)轮滑项目预赛举行

本报讯 近日,中华人民共和国第一届学生(青年)运动会(公开组)轮滑项目预赛在天津市宁河区双奥运动中心举行。

在5天的赛程里,来自全国20个省区市的35支代表队733名运动员围绕速度轮滑、自由式轮滑、轮滑球、轮滑阻拦、花样轮滑五大项目展开了激烈角逐。

“这里的场地很专业,让我能全身心投入比



主办方供图

赛。轮滑是一项全身运动,又很有趣味性,在练习时丝毫不会感觉枯燥,还可以锻炼身体的平衡能力。自从练习轮滑,我的专注度提高了,学习能力和控制能力也得到了提高。”海南省海口市代表队队员翁敦煌说。

据介绍,今年以来,宁河区立足自身特色,承办多项全国性体育赛事,今年10月份,宁河区还将承接2023年全国轮滑节(宁河站)、包括2023年全国青少年轮滑阻拦锦标赛、2023年中国轮滑(自由式轮滑)公开赛、2023年全国轮滑俱乐部联赛、2023年天津宁河轮滑马拉松公开赛和2023年全国轮滑训练营等多项赛事活动。

本次赛事由国家体育总局社会体育指导中心、中国轮滑协会、天津市体育局主办。

本版撰文 本报记者 軋学超

毽球公益推广大篷车探索体育+

“毽球运动俗称踢毽子,适合男女老少随时随地参加。毽球大篷车活动带动了更多人投入到全民健身中,共享运动快乐。”正在为场上毽球运动员加油的球迷甄海说。

为广泛开展全民健身活动,助推民族传统体育项目高质量发展,推动毽球运动竞技水平交流与提高,全面促进辽宁省营口市文体旅深度融合发展,天行健·健行九州—全国毽球公益推广大篷车活动第九站近日在辽宁营口举行。此次活动让毽球运动更好进校园、入社区、到景区,探索“体育+文化+旅游+乡村振兴”新路径。

营口文旅资源丰富,素有“六水之乡”的美誉。本次大篷车活动第九站选址营口,以毽球为媒介,促进了营口市毽球文化与全国毽球文化的交流,进一步推动毽球运动的普及与发展,获得了良好的社会反响。活动现

场,炫酷的毽球在空中穿梭飞舞,各代表队的毽友精神抖擞,精彩的表现让大家近距离领略了毽球风采。

本次活动还举办了五人围踢赛,共有38个参赛队伍,现场毽子犹如精灵一般,在空中上下翻动,比赛运动员们抬脚、下落,动作一气呵成,精美绝伦的表演,不时引得观众一片喝彩。市民马剑涛说:“第一次在家门口看到全国性的体育赛事活动,毽球大篷车活动丰富了我们的文化体育生活,搭建了专业的交流学习平台,让大家近距离领略毽球风采。”

毽球大篷车活动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,此次活动还积极展开全民健身踢毽子指导行动,特意在营口市辽河老街进行了毽球推广活动,由毽球全国冠军魏来、黎文涛等运动员进行精彩展示,让观众身临其境感受到毽球运动的魅力。

此次活动由国家体育总局社会体育指导中心、中国毽球协会、辽宁省体育局、营口市人民政府主办。



主办方供图