

“最美智慧健身苑”亮相上海宝山 智慧体育赋能“15分钟健身圈”



本报记者 林 剑

“太美了！可以说是宝山区最美的智慧健身苑点了,还配备了这么智能化的健身器材,我超喜欢。”在上海市宝山区友谊路街道的长滩冠东苑全人群健身苑点,附近居民张女士一边尝试着在高拉推举智能训练器上锻炼,一边感叹道。长滩冠东苑健身苑点自本月初启用以来,几乎每天早晚都“座”无虚席,很多人表示,他们都是冲着这里“有文化,高颜值,更智能”的设计与配套而来。

智慧健身苑点解决方案提供商——好家庭集团副总裁金铁表示,长滩冠东苑健身苑点的文化感来自年轻化的设计理念,地面以一只治愈的卡通猫形状铺装,加上充满活力的蓝橙撞色、现代感十足的健身休闲设施与恰到好处的合理布局,就像一个绿色家园中的五彩梦境,给人美好享受。

与其他普通健身苑点不同的是,该健身苑点除了中青年“自由体能训练区”、中老年“户外健身区”和青少年“益智健身活动区”,还配有适合全人群运动健身的“国民体测室外智慧健身房”,充分满足智能化、全龄化的新时代需求。国民体测室外智能健身房包含AI体质测试驿站、智能竞技健身车、高拉推举和腿部屈伸智能训练器。

在室外智能健身房,参与者只要用手机扫码登录好家庭室外智能健身房小程序,就可以进行体成分、静态心率、握力、平衡、纵跳、心理压力等体质测试,并通过管理后台的健康体测数据分析,获得量身定制的运动计划,还可以在手机小程序或训练器上的屏幕观看训练动作的指导视频。

“这相当于一个智能的健康医生和健身教练,提供随时随地的运动健身指导!”刚刚在AI体质测试驿站做完体测的梁先生,看着自己的健康数据说,“很感谢政府能为我们提供这么高大上的锻炼场所。”长滩冠东苑智慧健身苑点是为打造家门口的

“15分钟体育生活圈”而建。在建设前期,体育部门通过多次现场考察调研,与街道、居委、业委会等充分沟通协调,倾听小区居民实际需求和意见,了解到百姓希望场地功能覆盖更多人群,满足孩子、中青年、老人等各人群的需求。

经过多次沟通调整设计方案后,设计方案一改过去传统老旧的社区健身活动器材布局。新建的长滩冠东苑内集智能、全人群覆盖的全民健身场地,还合理规划了上至80岁老人可以使用的健身器材,下至3岁儿童也可以活动的亲子趣味区,设置有创意训练空间,让整个公共运动空间焕发了活力和新潮的气息。

日前,冠东苑健身苑点还举办了2023年“兴业银行杯”上海城市业余联赛健身苑点达标赛闭幕式暨宝山区友谊路街道冠东苑健身苑点启用仪式,现场由社会体育指导员指导居民如何使用健身器材,让居民掌握更多正确使用健身器材的知识。

友谊路街道长滩冠东苑全人群健身苑点的正式启用,为该片区进一步普及和完善了“智能化、全龄化”的全民健身设施,给居民家门口的运动健康创造了优越的条件,同时也为举办社区运动会、亲子运动会等多种活动模式提供了场地保障。

■ 健身快车

全国滑板锦标赛收官

本报讯 近日,2023年全国滑板锦标赛暨苏州极限嘉年华落幕,15支代表队、116名运动员参与了街式、碗池项目的角逐。

男子碗池决赛中,陈烨以66.68分名列第一。男子街式比赛中,全运会冠军、江苏选手高群翔凭借最后一个内转360度下台阶的“大绝招”动作反超夺冠。女子比赛中,街式、碗池冠军分别

被12岁的广东姑娘朱沅铃和13岁的北京小将南斯嘉获得,两人都希望未来能代表国家队参加国际比赛。

为了吸引更多参与,本次赛事所有比赛日对群众免费开放观赛,并提供免费的专业极限运动体验。市民还可免费体验攀岩、跑酷、斯篮搏及参观苏州海关国门生物安全科普馆。

本次赛事由中国轮滑协会主办,江苏省轮滑协会、苏州市体育局、苏州市体育总会承办。
(轧学超)

中国速度挑战跳绳世界纪录活动举行

本报讯 近日,2023全国跳绳联赛总决赛发布会暨中国速度挑战跳绳世界纪录活动在广州花都区跳绳基地花都体育馆举行。

发布会介绍了2023全国跳绳联赛总决赛将于12月21日至25日在广州花都举行,赛事设置计数赛、花样赛、小型表演赛、规定赛、DDC交互绳大赛、传统特色项目等6个大项37个小项。当日,2023年全国跳绳联赛分站赛优秀选手向7项世界纪录发起冲击。挑战项目分别为2×30秒双摇接力

(女、混)、4×30秒单摇接力(男、女、混)、1×60秒交互绳速度(女)、连续三摇跳(男)。最终,选手们以4超1平2败的成绩,用实力彰显中国速度。

截至2023年世界跳绳锦标赛,共有18个项目的跳绳世界纪录,中国选手保持着其中10项。

此次活动由中国毽球协会、广州市花都区人民政府主办,全国跳绳推广委员会、广州市花都区文化广电旅游体育局、广州市花都区教育局承办。
(轧学超)

山水四项公开赛助力体旅融合

本报讯 2023绿水青山中国休闲运动挑战赛暨第七届山水四项公开赛日前在浙江省金华市婺城区琅琊镇举行,全国各地近2000名选手参加了比赛。

比赛涵盖山水四项全能组、四项混合接力组和游泳、桨板、越野跑、电动冲浪板单项组13个组别,设置1公里游泳、1公里桨板、11公里越野跑、1公里电动冲浪板四个项目。

本次赛事积极践行“绿水青山就是金山银山”理念,将赛事与金华琅琊的纯生态结合在一起,促进赛事的可持续发展。赛事融合了金华的人文特色,促进体旅融合,促进旅游和文化传播,打造金华城市名片。

近年来,婺城区积极推动水上运动发展,建成婺城区水上运动中心,并成功举办承办全国摩托艇(水上飞人)精英赛、全国电动冲浪板联赛、省运会水上项目等一系列重



大赛事活动,擦亮了婺城水上运动名片。

据介绍,本次赛事将进一步推广休闲体育运动,普及健康的生活方式,呼吁居民了解并参与到休闲体育中来。赛事还特邀2008年北京奥运会举重冠军张湘祥和2000年悉尼奥运会竞走冠军王丽萍参加,并领跑越野跑单项比赛。

(轧学超)

浙江皮划艇桨板邀请赛开赛

本报讯 近日,“钱清杯”2023第二届浙江省皮划艇桨板邀请赛在绍兴市柯桥区钱清街道江墅村水域举行,吸引了超过200名水上运动爱好者参赛。

本次赛事设置了男女桨板2公里技巧赛、男女皮划艇200米竞速赛、皮划艇200米团体接力赛、男女桨

板200米直道竞赛及龙板200米直道赛。赛事采用网上报名方式,吸引了来自省内外爱好者积极参赛,其中桨板项目参赛人数超过90人、皮划艇项目参赛人数超过160人。

此次活动是2023浙江省绍兴市柯桥区第七届运动休闲时尚周系列活动之一,由柯桥区人民政府主办,区教体局、钱清街道办事处承办。

(章哲农)

■ 图片报道

北京海淀“全民冰雪”普及系列活动启动

本报讯 第十届北京市民快乐冰雪季系列活动2023年海淀区“全民冰雪”普及系列活动暨滑冰公益体验活动日前在冰纷万象滑冰场启动。

北京市民快乐冰雪季系列活动于每年11月至次年4月举办。今年冰雪季期间,海淀区充分利用辖区滑冰场馆资源优势,开展冰雪普及和滑冰公益体验活动。

值得一提的是,海淀区体育局全新推出滑冰公益体验券,自即日起至2023年11月28日,通过“健身汇”小程序免费向群众发放3万张滑冰公益体验券,体验活动将持续到2023年12月12日。消费券的发放将带动更多群众走进冰场,促进冰雪消费。
(顾 宁)



天空很辽阔 我们一起飞

跳伞全国锦标赛比肩世界一流水平

本报记者 冯 蕾文/图

日前,江西省吉安县的桐坪飞行小镇见证了一场激动人心的航空体育赛事——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、江西省体育局、吉安市人民政府主办的2023年全国跳伞锦标赛暨吉安“天祥杯”航空体育系列赛。

来自北京、四川、湖南等7个代表队的120余名国内跳伞高手,在男女个人特技跳伞、男女个人定点跳伞、四人造型跳伞等11个竞赛项目中展开角逐。

“7支代表队,6支拿金牌,国内跳伞运动竞技水平全面提升,足以媲美世界一流水准。”赛事总裁判长区俊武说,“赛事为提升我国跳伞运动竞技水平、推动航空体育事业的发展注入了强大动力。参赛运动员不乏世界冠军、亚洲冠军,他们在比赛中展现出强劲的实力和坚韧的毅力,期待在国际比赛中,中国跳伞能够再创佳绩。”

河南队閃耀全场,斩获6金。于瑞龙以单轮5.56秒的成绩,超1994年全国跳伞锦标赛5.88秒的男子特技项目全国纪录。于瑞龙坚持跳伞训练13年,在意大利举办的国际航联第15届特技定点跳伞世界杯打破男子个人纪录。他表示:“对超纪录有备而来,很有信心。未来目标将冲击单轮特技世界纪录。”

湖北队16名运动员发挥出色,勇夺五金。在女子团体定点项目中,莫婉玉、王丽然、龙雅婷、李小灵、万雅琦5名女将在第一轮比赛中表现神勇,最终凭借精准的着陆和稳定的发挥通过8轮考验,夺得冠军。赛后,主教练骆娅莉激动地说:“比赛不仅要要求运动员具备高超的跳伞技巧,更是对他们勇气、耐力、心理素质和团队合作能力的考验。希望这些热爱跳伞训练的孩子们,继续发扬努力拼搏的精神,在国际比赛中为国争光。”

双人踩伞是比赛中技术难度较大的项目,湖南队老将周鹏带领新队员汤智杰配合默契,技压群雄,蝉联冠军。“踩伞是湖南队特色项目,需要在比赛中展现出高难度空中技巧和极强的心理素质,这次以老带新来参赛,希望能将踩伞技术不断传承下去。”周鹏说。

比赛场地吉安县桐坪机场是江西省飞行量最大的通用机场,跑道宽30米、长800米,空域面积2730平方公里。“机场飞行条件好,空域广阔,风景优美,配套保障实,是比赛福地。”东道主江西队主教练兼队员周平亚凭借丰富的经验和卓越的技术,展现强大实力,在男子个人定点项目中获得冠军,为江西队争得了荣誉。

近年来,江西省高度重视航空体育事业发展,国

内外比赛中获得304枚奖牌,其中金牌125枚,培养了10余名全国和世界冠军。吉安县桐坪机场硬件、软件设施达到了全国一流、亚洲先进水平。江西省航空运动管理中心相关负责人表示:“我们将充分发挥吉安县桐坪通用机场独特的优势,以赛为媒助推文旅业态发展,以文旅活动吸引客流带动体育产业活起来,让吉安低空经济试验区、吉安‘天祥杯’航空体育系列赛的特色品牌亮起来。”



海峡两岸暨港澳地区健身气功交流比赛大会举办

本报讯 11月21日至23日,第九届海峡两岸暨港澳地区健身气功交流比赛大会暨2023年全国百城千村交流展示系列活动在四川省都江堰市举行。

本届比赛以健身气功·易筋经、五禽戏、六字诀、八段锦、马王堆导引术和太极养生杖等6种健身气功功法为比赛项目。参赛人员包括来自港澳台地区、北京、天津、内蒙古、安徽、福建、江西、湖北、河南、广东、四川、甘肃的16支代表队、120名运动员、教练员,以及都江堰各健身气功站点的近千名健身气功爱好者。比赛设集体赛和个人赛,集体赛和个人赛各项目均设优胜奖和优秀奖。

为丰富赛事活动内容,让更多民众参与健身气功、受益健身气功,组委会还特邀国际著名健身气功专家张明亮作题为《健身气功·六字诀养生精义》的讲座,通过健身气功六字诀功法动作结

合中医及导引疗法养生方法,加强健身气功爱好者理论修养,从而通过习练健身气功达到修身养性的目的。

本届比赛大会还举办了功法比赛、展示教学、专家讲座和走进社区等活动,旨在进一步凸显交流活动的群众性和参与性,营造浓厚的传统文化氛围。

据了解,海峡两岸暨港澳地区健身气功交流比赛大会已举办8届,其影响力不仅体现在增加了海峡两岸和港澳地区间群众参与健身气功锻炼的人群数量,还在于促进了对中华悠久文化的认知认同。同时,该比赛大会也成为海峡两岸和港澳地区间促进交流、加强合作的重要平台和纽带。通过健身气功这一深受群众喜爱的民族传统体育项目,在海峡两岸和港澳地区间搭建平台,进一步强化体育文化交流,造福群众的身心健康。
(林 剑)