

把赛事办在市民身边

上海“体育+”双向赋能彰显溢出效应

本报记者 刘昕彤

以“运动、定向、亲子、公益”为主题，2023年“兴业银行杯”上海城市业余联赛“战FUN宝山”上海市民室内健身嘉年华近日在红星美凯龙上海汶水商场举行，这也是今年上海市民室内健身嘉年华的收官活动，来自全市各区的50多组家庭、近150名市民参与活动。怀旧弄堂游戏、趣味亲子划船、虚拟AR运动……父母与孩子齐心协力完成运动“打卡”任务，收获健康与快乐。

当日下午1时，商场负一楼的大厅里，各类妙趣横生的趣味亲子运动游戏，如怀旧弄堂游戏、亲子DIY手工等吸引了不少家庭参与。亲子划船器的活动现场人气特别火爆，家长和孩子密切配合完成固定数量的划船器训练，就可以捐赠10元公益金。

一些参赛家长表示，通过参加这种“体育+公益”的活动，不仅有助于身心健康，还可以通过趣味体育活动来帮助他人，对孩子来说是一种全新的体验和“润物细无声”的爱心教育。运动的热闹场面也吸引了在这里购物的市民，“路过看到这里很热闹，我也去参加了‘跳房子’游戏，唤起了童年的回忆，大家一起参与也很有运动的体验感。”市民林峰说。

科技体育 快乐体验



青少年在风洞里感受时尚运动

本报记者 冯 蕾文/图

身着专业的飞行服和头盔，脚踏运动鞋，站在风洞的出口处，准备迎接挑战，随着裁判员发出号令，飞行员一个接一个地跃入风洞。在风力的作用下，他们挥舞着双臂，努力保持平衡，完成各种高难度的动作。12月6日，2023全国室内跳伞（风洞）锦标赛在重庆国际华园展开了为期3天的精彩对决。

本次赛事吸引了全国9支顶尖跳伞队的77名优秀风洞选手参赛。比赛项目丰富多彩，包括单人动态竞速、自由式、双人动态竞速、四人造型等。

此次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、重庆市体育局、重庆两江新区管理委员会主办。赛事不仅促进了风洞运动的发展，也展示了风洞项目的潜力和魅力。

本次比赛的设备为世界级品牌iFLY风洞，以每小时255.6公里的风速创造了18级龙卷风的环境，让运动员能在“太空舱”中自由飞翔，展示各种高难度动作。“四人造型项目如同一辆车的四个轮子，只有同频保持高速运转，才能开得快。”来自湖北队的运动员黄超今年26岁，从事室外跳伞和风洞训练10年，曾获得全国室内跳伞（风洞）锦标赛四人造型项目冠军。“项目不仅需要高超的技巧和强健的身体素质，还需要强大的心理素质和专注力，需要在短时间内完成各项任务，展现团队的技巧、实力和协作力。”

本次嘉年华活动还邀请了沪上知名公益团队“阿彦和他的朋友们”在现场进行爱心义卖，义卖募集的公益善款将为敬老院老人提供服务，或为福利院儿童提供艺术类培训。团队负责人说：“近年来，通过体育平台的义卖渠道，志愿者人数、善款募集金额都有了显著提升，体育+公益是一种双赢的模式。”

不仅在宝山商圈，在杨浦五角场、社区长者运动健康之家，处处都有上海市民室内健身嘉年华的踪迹，通过一系列接地气、百姓喜闻乐见的健身活动，让体育走进群众身边。

在杨浦五角场区，针对市民年轻化的特点，主办方将跑步机、健身团操和私教课程这些市民健身驿站内的运动项目搬到了露天广场，参赛市民在跑步机上挥汗如雨，和着动感的音乐尽情摇摆，形成了杨浦区一处亮眼的“体育秀带”。竞赛单元迷你马拉松项目，参赛市民在主办方提供的智能跑步机上扫码登录，设置相应的组别公里数，点击“开始”即可进行竞速比赛。完赛后，成绩将实时显示在现场大屏上进行排名。此外，现场还设置了深受欢迎的酷炫团操课，让更多各个年龄段的市民都能参与其中。杨浦区内的3家市民健身驿站还派出了专业的健身教练，现场提供指导。

在杨浦区大桥街道，市民室内健身嘉年华则和长者趣味运动会结合起来，通过趣味投壶、定点射门、沙包投掷、飞镖等项目，在社区的长者运动健康之家让热爱运动的老年朋友们，在锻炼之外获得更多竞赛的乐趣。

近年来，上海以市民健身需求为导向，打造了上海城市业余联赛这一全民健身赛事活动品牌，全年预计开展线上线下赛事活动6300余场。在项目设置方面，联赛项目、品牌赛事活动、系列赛、X项目四大板块不仅将上海市级赛事和各区的品牌活动都囊括进来，还打通渠道，鼓励其他有意愿的赛事活动加入到赛事体系中，有力推动了上海市全民健身的整体发展。

在杨浦，“韵动杨浦·秀出来”全民健身系列赛事活动体系做到月月有比赛、周周有展示、天天有活动，年均举办400余场赛事活动，吸引近30余万人次参与。在宝山，宝山区体育局不断深化“战FUN宝山”赛事品牌，积极探索“体育+”发展战略，通过体育+商圈、体育+健康、体育+公益等多种形式，组织开展全民健身活动，形成平台效应，释放市场活力，为商场、商圈带人流、聚人气、促消费，使体育赛事活动发挥出更多的溢出效应。

普及健身气功 助力健康中国建设

中国-东盟健身气功训练营搭建文明互鉴平台

本报讯 日前，2023年中国-东盟健身气功训练营系列活动在马来西亚举行。训练营由国家体育总局健身气功管理中心和中国健身气功协会主办，马来西亚健身气功总会与马来西亚泰莱大学承办，国际健身气功联合会支持。

活动期间，129名马来西亚骨干学员在泰莱大学参加健身气功·马王堆导引术培训，加深了对功法的理解，提高了技术水平，激发了学习兴趣。各国学员通过线上线下参与健身气功运动处方主题科普讲座，增长了知识，开阔了眼界，增进了友谊。闭幕式上，马来西亚森州芙蓉三民小学展示校园五禽戏，雪隆站健身气功队组织多民族爱好者

表演了健身气功·八段锦。中方代表团还赴马来西亚与当地多所小学开展宣传推广活动，学校组织了特色浓郁的二十四节令鼓表演，近千名小学生展示了校园五禽戏。代表团与师生代表深入交流，介绍了校园五禽戏的源流特点和发展情况。当地育民小学校长郑国华表示，校园五禽戏受到师生的青睐，习练效果明显，希望今后创造更多的学习与交流机会。

泰莱大学和马来西亚健身气功总会负责人希望今后能够通过训练营为健身气功发展和中国-东盟体育文化交流贡献更多力量。国家体育总局健身气功管理中心主任董军表示，通过训练营，分享传播健身气功，促进东盟民众身心健康，让训练营成为中国和东盟国家民众健身养生的乐园、民心相通的桥梁、文明互鉴的平台。

(林 剑)



代表团与育民小学开展校园五禽戏交流展示。主办方供图

中国健身气功科学论坛暨官方网站通讯员培训班举行

本报讯 日前，2023年中国健身气功科学论坛暨官方网站通讯员培训班在安徽省池州市开幕，来自全国21个省区市的110位专家学者参加了活动。

国家体育总局健身气功管理中心主任董军在开班仪式上表示，近年来，健身气功无论是在制度、组织、赛事、科技、宣传等项目建设上，还是在贯彻落实国家乡村振兴、体医融合、服务外交大局等领域，都取得了丰硕的成果。八段锦等功法更是充分发挥促进健康的独特优势，成为广大

群众祛病强身、养生康复的重要选择，为满足群众多元健身需求和弘扬优秀传统文化作出了积极贡献。随着群众需求的不断变化，健身气功要更加有效地推动传统气功的创造性转化和创新性发展，不断满足群众追求美好幸福健康生活的渴望。

本届论坛以“健身气功让生命更健康”为主题面向全国广泛征文，历时半年多的时间，经过踊跃投稿、专家评选等严格程序，共遴选84篇优秀论文入选本届科学论坛。经过专家评审，共有16篇论文荣获一等奖、31篇论文荣获二等奖、37

篇论文荣获三等奖。在为期两天的时间里，有5位专家和9名优秀入选论文作者，通过5个版块的专家讲座、学术报告和对话与交流，对当下健身气功乃至体育领域的一些热点问题进行深入探讨。

每年一届的健身气功科学论坛，主要目的是通过加强学术交流，为全国健身气功科研工作者打造一个学术交流与合作平台，进行充分的学术交流和思想碰撞，为推动健身气功事业持久健康发展贡献智慧。

(林 剑)

■健身快车

全网百万人次关注海南“村BA”

本报讯 2023海南省“村BA”篮球超级联赛日前在儋州市体育中心篮球馆落幕。来自全省各市县的10支球队经过激烈角逐，最终琼海市嘉积镇代表队捧得冠军奖杯。

连日来，一场场精彩比赛，赛场外乡村振兴市集、美食节、车尾市集、儿童游玩区域等活动，将公众的目光聚焦到一起。据统计，2023海南省“村BA”篮球超级联赛举办期间，全网关注量高达百万人次。

乡村文化是发展乡村旅游产业的灵魂，“村BA”不仅是一场场体育篮球比赛，更是一种乡村文化现象，通过推动体育与乡村旅游、休闲产业融合发展，带动更多“村赛”品牌。

本次比赛由海南省人民政府主办，海南省旅游和文化广电体育厅、海南省农业农村厅、海南广播电视台总台、各市、县、自治县人民政府承办。(黄心豪 刘勇)

北京送健身与营养知识到社区

本报讯 日前，2023年北京市全民健身与营养社区行活动最后一站在北京市莲花池公园举办，来自辖区及周边的数百名群众参与了活动。

活动现场，北京营养师协会的专家结合中国营养协会发布的《中国居民膳食指南》，围绕“三减”（减油、减盐、减糖）和健康的生活方式进行了科普讲座。营养专家采用现场互动的方式，针对居民日常生活中常见的饮食营养误区给予纠正并提出指导意见。活动现场还设置了免费体质测试区。居民还可以通过微信小程序“北京健身汇”，体验“量身体育行动”，根据AI科学指导随时随地进行健康测试。

今年的北京市全民健身与营

养社区行活动分别在朝阳区劲松街道、西城区白纸坊街道、延庆区刘斌堡乡、通州区通运街道、昌平区龙德广场、丰台区莲花池公园等地举行，充分调动社区居民、企业职工、学生、文化干事、社会体育指导员、健身爱好者积极参与。

本次活动是北京市社区运动会的重要组成部分，针对不同环境、不同身体状况的人群，推荐科学的运动方式和合理的营养搭配，发挥科学健身在健康促进、疾病预防和病后康复等方面积极作用。

本次活动由北京市社会体育管理中心等主办，北京市社区体育协会等承办，北京营养师协会等协办。

(顾 宁)

社区智力运动掼牌竞技大赛完成海选

本报讯 日前，社区智力运动掼牌竞技大赛结束了全部九期海选，累计报名人数1619人，参赛人数968人。参赛人员分别来自各行各业的掼牌爱好者，有在校研究生、互联网从业者，也有国企职工和掼牌主播。

本次海选选手来自全国10余个省区市，共产生了9位冠军，占比最多的是江苏和北京。本次比赛由中国企业体育协会指导，中体产业集团股份有限公司主办。

海选比赛为掼牌运动爱好者

(冯 蕾)

搭建了展示智慧、技巧和竞技精神的平台，有力推动了智力运动蓬勃发展。组委会为了增加比赛的趣味性和活跃度，应广大牌友的呼声和期盼，在每周海选赛的2小时比赛外，增设了小赛、任务赛和战队赛三种玩法，提升了大家的参与度，也让比赛氛围紧张刺激。

社区智力运动掼牌竞技复赛将于近期在社区运动会平台继续展开，比赛时间为4小时，按积分成绩排位产生晋级名额。