



北京丰台老厂房改造成蹦床、冲浪体验馆。

本报记者 刘昕彤文/图

“这里以前是一个老厂房，里面还保留着工厂里的大烟囱，现在变成了以体育文化为主题的园区，既可以带着孩子来运动，又能了解老上海的历史，很适合一家老小周末游玩。”上海市民徐林周末带着孩子来到三邻桥体育文化园，攀岩、高尔夫、马术、搏击、篮球……这里的运动范儿让老厂房焕发了新活力。

据了解，三邻桥体育文化园坐落于上海宝山、虹口、静安（原闸北）三区的交界处，因此得名。周边覆盖常住人口逾30万，属于高校经济辐射区域。过去它是给千家万户送去温暖的保温瓶胆厂，随着周边社区的增多，人口密度上升，如何在保护工业文明遗存场地的同时，又能为广大社区创造一处充分发挥体育服务功能的“连接之桥”呢？在宝山区及高境镇政府大力支持下，这里成为上海第一个以“体育文化”为主题的产业园区，也是上海首批入选的都市运动中心，汇聚潮流运动的热门打卡地。

“旧改新”盘活城市空间

老厂房变身运动乐园

“我爱人是攀岩爱好者，孩子从3岁多就在那里学习攀岩，每次上完课后，还能在园区里的跑道上跑一跑、放放松，园区里吃饭也很方便。”住在附近的居民陈立说。在三邻桥，体育元素注入了园区各个角落，过去三邻桥的公共空间受原厂区限制，大多是狭长的景观通廊，现在一条400米长的跑道将不同区域巧妙地串连起来，健康线、林荫道让居民充分参与其中。

园区相关负责人介绍，户外设置了乒乓球桌、滑梯梯、独木桥、单杠桥等多种有趣的体育设施，还特别开辟了大会堂、中央广场2个公共空间，用来举办各类文体活动。“未来，三邻桥也有一个明确目标，就是真正做到全民健身，让3至100岁的居民都可以在这里找到自己热爱和适合的运动。”

2024年政府工作报告提出，建好用好群众身边的体育设施，推动全民健身活动广泛开展。不久前国家体育总局办公厅印发的《2024年群众体育工作要点》也提出，深入实施“全民健身场地设施提升行动”，推动基本公共服务均等化，建设小型健身中心、小型体育公园、小型健身设施、群众滑冰场、县级多功能运动场等，要求充分合理利用旧厂房、仓库、老旧商业设施以及公园、市政用地的闲置资源配建健身设施，推动城乡健身设施从“有”向“优”转变。

在湖北武汉新洲区三店街柳溪村，从100米高空俯瞰，右边是集1个标准篮球场、1个五人制足球场、2个羽毛球馆、1个门球场于一体的综合体育场，左边是一个十一人制标准足球场。这所运动场不仅场地宽阔，而且硬件专业齐全，很难想象它的前身是积满灰尘、堆满了铁片和建材的废旧厂房。

居民刘宏敏说：“我的工作和生活都在这里，平时晚上也比较无聊，自从有了足球场，经常组织同事一起踢踢球、打打羽毛球、散散步。”新洲区三店街以建设公共体育场地设施、补齐乡村体育发展短板为切入点，将废旧厂房改造为文化广场，占地2.7万平方米，其中包括8千平方米的体育场，满足了村民体育文化需求。

经营一家运动场馆的业内人士表示，在国内，老厂房改造运动场馆已不鲜见，随着全国城市更新进程不断加快，老旧厂房改造运动场馆成为城市“变废为宝”的举措之一。一方面随着城市进程加速发展，原有规划的工厂车间逐渐退出市区，势必会有老厂房闲置下来，另一方面，老厂房具有高空间、场地宽阔等特点，特别适合改造成运动场馆。当前，群众对运动健身的热情越来越高，将老厂房改造成运动场馆后，既可以满足民生需求，同时也为当地城市功能提质升级，增添休闲运动的好去处。

健身快车

上海200组家庭参与亲子健康徒步

本报讯 上海市奉贤区海湾镇亲子健康徒步暨全民健身社区运动会开幕式日前在海湾国家森林公园梅园举行，近200组家庭共同参与，通过趣味运动打卡的形式，在芳香四溢的梅园中奔跑。

本次活动共有6个打卡点位，海湾文体旅IP形象“梅宝”和“叶宝”在第一个点位整装待发，邀请参赛家庭在巨幅电影框取景梅园最美一隅。后续打卡点分散在隋、唐、宋三个梅厅，各点结合中国传统文化设置了丰富游戏，让参赛家庭在运动健身的同时，感受传统文化的魅力。比如在唐梅厅，每组参赛家庭需在百米长卷上完成一米宽的绘画方可通关，不少选手以海湾森林公园独特的梅花意象展开创作，将百米长卷点缀得

妙趣横生。据了解，这幅由上百组家庭共同完成的作品将在梅花节闭幕式中亮相，并在唐梅厅长期展出。此外，活动还设置了特色市集，丰富了参赛家庭的游玩体验。

海湾镇相关负责人表示，本次活动举办于梅花盛开时节，旨在引导市民在春光美景中享受运动带来的幸福和快乐。近年来，海湾镇一直致力于推动全民健身事业发展，持续促进体育健身设施举步可就、体育健身组织充满活力、体育赛事活动丰富多元、科学健身指导专业高效、公共体育服务智慧升级，同时加快构建形成体育运动与体育旅游融合发展的产业格局，实现全民健身与全民健康深度融合，持续放大“体育+”效应。

(王子纯)

张家港老年体育大学开展功夫扇自编套路培训

本报讯 日前，太极功夫扇自编套路培训班在江苏省张家港市老年体育大学举办。本次培训的功夫扇自编套路共36式，由主讲老师陈亚碧将相关功夫扇套路的各式动作，配合《这就是我们张家港》的乐曲、节奏，有机地组合起来，创编了功夫扇自编的全套动作。

培训班上，创编老师将36式的动作分成若干段，分段进行教学，并对每段动作条分缕析，讲解关键、突出重点、分析细节、进行示

范。经过培训，学员们基本掌握太极功夫扇自编套路的整套动作。

张家港市老年体育大学是江苏省首家县级老年体育大学，是当地老年人开展形式多样的科学健身指导的平台，也是张家港市为构建更高水平的老年人健身服务搭建的一个平台。2023年，经江苏省老年人体育协会研究决定，同意张家港市老年体育大学为“江苏省老年人体育示范基地”。

(冯蕾)



杭州临平半程马拉松万人开跑

本报记者 林剑

近日，2024杭州临平半程马拉松鸣枪开跑。“沿途的风景我都看了，油菜花很美，拉拉队也很有特色，尤其是舞龙和打鼓表演，让我整个人都比较亢奋。”参赛选手表示。

让选手开心的是赛程和赛道的设置。本次赛事设半程马拉松、欢乐跑项目，参赛规模达10000人左右。由在华世界500强、中国500强、浙江省内上市企业、临平区内知名企业等组成的100多个企业跑团将开启“赛中赛”机制，进行企业跑团PK赛。半程赛道起点设于临平亚运场馆，途经中国江南水乡文化博物馆、临平非遗街区、世纪公园、樱花大道、临平山（东来阁）、临平花海、艺尚小镇等标志性建筑。

自此，模拟飞行“体教军”融合发展迈出了关键一步，对体育强国建设贡献了模拟飞行智慧。模拟飞行成为航空体育事业在新时期博采众长、运用现代信息化手段接棒服务国防人才建设大局的薪火，在助力我国航空强国、人才强军的道路上勇开新局。

2023年11月，全国高校模拟飞行锦标赛暨全国航空飞行类本/专科大学生竞赛交流活动在南京航空航天大学举办，赛事吸引了来自全国各飞行技术高校的近500余名模拟飞行顶尖高手同场对决。这是我国以模拟飞行项目介入飞行员选拔和初始培训的创新模式，是航空体育与国家级特色专业建设项目——民航飞行技术专业学科建设融合发展成果的体现，是围绕航空人才与航空装备等国家重点战略服务、推进航空强国跨越式发展的基础工程之一。

航管中

心运动一部模拟飞行项目主管表示：“过去的20年见证了模拟飞行的飞速发展。未来随着技术的不断进步和应用领域的不断拓展，模拟飞行将继续发挥重要作用，推动航空航天领域人才的培养。”

2024年，模拟飞行将继续带来更多惊喜和可能性，成为连接蓝天与大地的纽带，书写新的航空传奇。

模拟飞行飞过20年(下)

本报记者 冯蕾文/图

从60万在线模拟飞行爱好者的热情参与，到全国模拟飞行锦标赛和全国青少年模拟飞行锦标赛的创办与普及，再到空军招飞局与高校飞行专业的深度融合，模拟飞行发展的每一步都凝聚着无数人的心血与智慧。

全国模拟飞行锦标赛迅速崛起

20年前，随着一场国际化模拟飞行邀请赛的举行，模拟飞行项目在国内飞速发展。国家体育总局航空无线电模型运动管理中心在提高模拟飞行的认知度方面做了大量工作，开展了多项全国性竞赛。其中，为全国中小学生参与而举办的全国青少年模拟飞行锦标赛，自2007年起先后在河南、江苏、山东、北京、黑龙江、上海、湖北、内蒙古等地举办十四届，参与人群遍布全国25个省区市的641所中小学校，已成为全国青少年航空爱好者广泛参与的传统赛事之一，也是各地科技、教育部门争相承办的赛事之一。

此外，定位于高校飞行技术专业学科建设和大学生航空综合素质提升的竞赛——全国高校模拟飞行锦标赛，更加融合了虚拟现实等前沿科技，在全国专业飞行院校和设有计算机、航空工程等专业的理工类院校中深受学生喜爱。比赛自2017年创立以来，曾先后在上海同济大学、北京大学、北京师范大学、太原理工大学、南京航空航天大学及互联网举办七届，形成了良好的品牌认知度，聚集了专家智库。包括中国民用航空飞行学院、中国民航大学、北京航空航天大学、南京航空航天大学在内的36所飞行专业和理工类高校常年参与该赛事。通航产业发展转型、航空基础人才培养、职业高精

尖飞行人才培养、航空前沿科研、航空装备升级全产业链的平台，成为助力国产大飞机深层次问题解决和跨界变革的推动者。

模拟飞行项目2003年立项，总局航管中心从2007年起创办全国青少年模拟飞行锦标赛，并不断创新赛事举办模式，运用大数据管理的方式，将赛事进一步推广普及到全国各地，是我国历史最长、知名度最高、内容最丰富的航空类品牌赛事，深受各地学生、学校和家长的欢迎。

“体教军”融合发展

2021年，模拟飞行迎来了机遇。教育部将全国青少年模拟飞行锦标赛列入《面向全国中小学生的竞赛活动》白名单，是白名单竞赛中唯一由国家机关主办的竞赛。这是“双减”政策下，为青少年提供的优质教育和体育资源。模拟飞行作为精准回应社会需求的项目，得到了国家倡导，体育部门主导和社会的积极响应，社会认可度达到历史高点。

2023年1月，中国人民解放军空军招收飞行学员工作组确定鼓励支持西安中学、湖南常德一中16所全国空军青少年航空学校近3000名学生踊跃参与航管中心主办的全国青少年模拟飞行锦标赛。

空军招飞局相关负责人对航管中心在青少年航空早期培养领域的工作成果、赛事的举办给予高度评价，并表示：“航管中心通过组织全国青少年模拟飞行锦标赛及相关活动，在培养航空兴趣、发掘飞行人才等方面，付出艰辛努力，取得卓越成效。”鼓励支持空军青少年航空学校学生参与赛事，通过赛事拓展思维能力、锤炼心理品质、激发飞行热情、厚植报国情怀。

