

跳伞赛事进商圈 “空中盛宴”获赞誉



全国室内跳伞(风洞)冠军赛办进商圈。

本报记者 冯蕾文/图

居民们纷纷称赞“大开眼界！”日前，2024年全国室内跳伞(风洞)冠军赛在深圳龙华区壹方天地商圈举行。这场由国家体育总局航空无线电模型运动管理中心、中国航空运动协会精心打造的精品赛事，吸引了来自北京、江西、河南、湖北、湖南、四川、深圳等9支代表队105名运动员齐聚一堂，为该商圈附近居民奉上一场精彩的“空中盛宴”，真正把全民健身活动办到了群众心坎里。

冠军走近群众身边

“目前国内最顶级的室内跳伞运动员全都齐聚龙华了，他们来自各个省市的航校、航空运动协会、跳伞队等。这次比赛起到选拔和提升培训中国室内跳伞运动员的作用。”深圳市航空运动协会相关负责人介绍，深圳连续三年举办全国最高水平的室内跳

伞赛事，对深圳，特别是龙华居民起到普及航空科技体育的积极作用。

在龙华壹方天地iFLY风洞比赛现场，运动员们身着专业跳伞服，头戴精致头盔，宛若空中舞者，在风洞中演绎着“力与美”。随着风洞内十级强风呼啸，他们或轻盈翻飞，或急速旋转，或俯冲而下，动作精准而流畅，展现出超乎寻常的风洞技巧和敏捷身手。这不仅是飞行员在技术和速度方面的较量，更是意志和毅力的考验。

15岁的河南队运动员李亚珂，是一颗迅速升起的新星，潜力无限，曾获室内跳伞(风洞)冠军赛个人动态冠军。在李亚珂看来，每年的比赛不仅是竞技的舞台，更是学习的平台。她说：“室内跳伞运动的精髓在于动作姿态的掌握，只有做到精确、流畅，才能飞得更快、更稳。为此，她不仅在训练中反复练习，还利用业余时间观看他人视频，汲取灵感。”赛后，她还将与队友一同在此进行为期三周

的高强度训练，备战2024年国际航联室内跳伞世界杯。

赛事办在群众身边

比赛现场观众的热情被运动员们的精湛技艺点燃，掌声、欢呼声此起彼伏，更有不少市民跃跃欲试，在专业教练的带领下体验风洞飞行。“在风洞中模拟高空跳伞，让我更加自信，也更加期待未来的真实飞翔。”初次体验风洞飞行的市民张帆表示，这次体验让他深刻感受到了专业运动员背后的辛勤付出与不懈追求，期待选手们在未来的比赛中能创造更多佳绩。

风洞常年在商圈对市民开放体验，秉承“认真办赛，安全办赛，持续办赛”的宗旨，为深圳的高水平体育赛事添砖加瓦，为室内跳伞这项体育运动项目贡献力量。比赛既能让居民近距离感受和接触室内跳伞，也能激发青少年对航空科技体育的热情，让人民群众

在运动中融入社区，收获健康，增进感情。

科技设施建在群众身边

室内跳伞(风洞)作为老少皆宜的运动项目，吸引了越来越多的爱好者参加，正逐步成为一项时尚流行的航空科技体育运动。

深圳引进的iFLY风洞设备，舱内可形成最高风速255.6公里/小时的强风，让人悬浮于空中，通过手脚协作和重心变化做出各种动作。与室外飞机跳伞相比，风洞不受天气条件和空域限制，飞行安全系数较高且成本较低，同时也能够模拟室外飞机跳伞的体验，让普通人也能体验到飞翔的快感。

“风洞是跳伞的一个分支，目前在深圳属于独树一帜。”深圳市航空运动协会负责人介绍，“随着项目的深入推进，将为中国航空体育运动后备人才培养，以及大众娱乐文化休闲起到良好的带动作用。”



深圳南山区悠然天地智能健身房一景 受访者供图

推动小型化、社区化 全民健身设施发挥更大作用

本报记者 林剑

不久前在青岛举行的2024年全国群众体育工作会议上，好家庭集团受邀参加会议，好家庭董事长张佳华结合新时代群众健身需求变化，围绕“建设小型健身中心、小型体育公园、小型健身设施”的政策方向，向记者分享了提前布局、面向社区场景的科学全民健身解决方案。

张佳华表示：“在运动健康投入1元钱，就能节省医疗支出10元钱。有不少临床研究证明，科学运动是预防和治疗慢性疾病最有效的方法之一。随着我国慢性病年轻化和人口老龄化，最有效的应对方案就是建设社区‘小型健身中心’，打造5分钟健身圈，加快构建‘医院-社康-社区’三位一体的慢病运动干预智能化公共服务设施网络，为民众提供举步可就、便利触达，并可长期坚持的科学运动健身服务。”

好家庭在2024年1月推出了适用各类居民小区的“社区智能健身解决方案”，并已在深圳市南山区悠然天地家园落地建成。该方案配置有国民体质测试系统、智能力量增肌训练区，并可根据不同场地需求，配有轨道棋、功能性运动等益智训练区。

当地居民王女士告诉记者，新的社区智能健身房成了她和邻居们“遛娃的好去处”，她说：“孩子们对智能健身设备很好奇，可以让他们转移一下玩手机的注意力，而且健身设备还装有声光电效果，孩子们很喜欢。”

“遛狗的时候可以顺便健身，挺方便的。这种智能器材还可以调节阻力，比我儿子去的健身房还高级！”悠然天地家园居民梁女士开心地说。

张佳华还提出：“我们建议配置有卫健委等相关部门，把社康中心纳入体卫融合基层服务站点，组织社康医务人员智能设施运动处方相关培训，把每个社区智能健身中心变成市民实施运动处方的阵地，加强社康中心与智能健身公共服务设施的深度融合——打造民生健康领域的中国式现代化‘先行示范’。”

飞盘女将宣言：请叫我们运动员

本报记者 赵萌

传盘、跑动、起身接盘然后得分，流畅的动作一气呵成……日前，由杭州发福女子飞盘社群主理人刘伟牵头组织的“春田女子飞盘邀请赛”在浙江省绍兴市钱清体育主题公园举行，比赛邀请了国内第一支女子飞盘队伍、2023年中国女子飞盘公开赛冠军队、浙江省女队等参赛，比赛为期2天。

“我想让更多喜爱飞盘的女孩参与专业赛事。飞盘是一项大众体育运动，有那么多人喜欢，那么多人热爱，只有大众体育发展起来了，才能更好地推动竞技体育发展。”刘伟告诉记者，“不仅开展赛事，我们每周四晚上会进行女子团队训练，队内会有纪律委员就训练出勤做相应考核。”

在飞盘运动的发展过程中，很多人对于女子飞盘的看法比较苛刻。“我们队员将训练视频发布在社交媒体上，有300条评论，其中150条是负面的。最开始，我们跑圈的时候，会被场边的男生调侃、嘲笑。”刘伟接受记者采访时表示，“我们刚举行了比赛，我们是专业的飞盘运动员。”

从2006年至今，刘伟的“盘龄”已有17年，参加国内比赛上百场，获得冠军30多场。对于穿着瑜伽裤的“飞盘媛”说法，刘伟认为：“每个人都有穿衣自由，大家应该得到相应的尊重。而且瑜伽裤很适合运动，穿起来很舒服。我自己也穿瑜伽裤运动，冬天的时候穿在里面保暖，夏天的时候穿在外面防晒。现在也有瑜伽裤品牌赞助我们的赛事，支持女子飞盘运

动，品牌口号也非常积极向上，我觉得很棒。”

记者看到，刘伟的女子飞盘团队在训练时会穿着瑜伽裤、运动内衣，但是在比赛时，会穿着统一的运动T恤和短裤。“在平常的运动当中，运动量不大的话，穿高弹的瑜伽裤比较方便，然而在真正的比赛过程当中，由于运动量很大，体感会非常热，因此，专业运动员会选择穿短裤，这样更加有利于比赛。”刘伟说。

面对有些人对女子飞盘运动员的误解，如何改变外部环境对她们态度，刘伟认为是“做自己”。“女孩身上的品质是难得可贵的，她们具有坚韧不拔的意志和顽强的毅力。我们女队有31名队员，每个人的抗压受挫能力都非常强。比如，我刚开始带她们训练的时候很凶，觉得她们跑动能力、理解能力很差，因为她们之前从未接触过飞盘，所以当时队里还评选出了‘挨骂双子星’。”刘伟介绍，备赛之前有段时间训练非常辛苦，队里很多人训练后在回家的路上抱头痛哭，但是还会继续来训练。

“杭州的宁国足球公园有1个11人制、1个8人制和1个5人制足球场，主要提供给足球训练者，我们每次只能租到最小的场地训练。只有当足球队不来训练了，我们才能拥有一块大场地。在冬天或是下雨的时候，基本可以有场地，场地管理会问‘你们来吗？’我每次都说‘必须来，下雨不是不来的理由’。”刘伟说，“当大家说我们只是在摆拍，不会坚持的时候，我们女子飞盘队坚持了2年；当大家说我们只是娱乐的时候，我们拿到了中国女子飞盘公开赛第四名；当下雨天，没有

健身快车

冰雪运动走进北京社区

本报讯 日前，由北京市体育总会主办，北京市体育总会秘书处、北京市社会体育指导员协会承办的2023—2024年度冰雪运动进社区活动在京举行。

本次活动自2023年12月持续至今，共举办了10场冰雪体验类活动，涉及北京市东城区、丰台区、石景山区、通州区、昌平区的多个社区及单位，活动直接参与人数2000余人，覆盖万余人。

据介绍，本次冰雪体验活动设置项目包括陆地冰壶、冰蹴球、旱地冰球等。广大群众在冰雪运动社会体育指导员的指导下，学习了相关项目运动技能，进一步了解了冰雪运动。本次活动选取的冰雪运动项目简单易学，非常适合在社区居民间普及推广。

本次活动还有一个特别环节“大众

冬季健身教学活动”，将冰雪运动带到了室内课堂。课堂上，冰雪运动讲师为大家作安全参与冬季运动的专业讲解。来自首都体育学院奥林匹克研究中心的茹秀英教授，则带领大家学习冰雪文化知识，感受冰雪运动魅力，以及冬季奥林匹克运动的精神和价值。在健身教学活动中，社区居民收获颇丰。

北京市社会体育指导员协会负责人表示，2023—2024年度冰雪运动进社区活动向社区居民传授了冰雪运动技能与知识，通过一场又一场精彩纷呈的冰雪活动，点燃了大家了解冰雪运动、参与冰雪运动、享受冰雪运动的热情。后续，北京市还将通过多种方式举办形式多样的群众冰雪活动，持续带动更多群众参与到冰雪运动中，感受冰雪运动的无穷魅力。(顾宁)

首届乡村铁人三项公开赛下月举行

本报讯 记者日前在北京举行的“首开文旅杯”2024年泮水首届乡村铁人三项公开赛新闻发布会上获悉，该公开赛将于4月21日在湖北省黄冈市泮水县举行。

本次赛事以游泳、山地自行车、跑步3个项目为基础，整个赛程51.5公里，包括游泳1.5公里、自行车40公里和跑步10公里。比赛设全程分龄组、半程分龄组、半程接力组、游泳单项体验组、自行车单项体验组5个组别。游泳赛段设在白莲河水库，自行车赛段围绕“多彩旅游

路”骑行，跑步路线沿途皆是风景。本次比赛共300个参赛名额，报名已同步开启。

据了解，泮水县拥有优美的自然环境，适合举办铁人三项赛事，且当地杂技文化与铁三运动相得益彰。此次赛事将结合乡村振兴战略，创新乡村群众体育元素，展现铁人三项运动的魅力，推动泮水乃至华中地区文体旅产业高质量发展。

本次赛事由中国铁人三项运动协会指导，黄冈市体育事业发展中心、泮水县人民政府主办，泮水县文化和旅游局、泮水县绿杨乡人民政府、泮水县三角山旅游度假区管委会、泮水县全民健身指导中心等单位承办，北体运动教育科技(北京)有限公司执行。

(轧学超)

人踢足球时，我们女队在训练；当杭州最冷的那天，零下4摄氏度时，我们在训练；在酷暑的夏天，我们在35摄氏度高温下比赛2天。”

现在，大家对于女子飞盘运动者的态度逐渐发生了转变。“很多人会向我们请教专业的飞盘技巧，说我们是专业队。这些都是我们日复一日的坚持、努力得来的。”刘伟表示。



受访者供图