

第一届全国全民健身大赛西南区坚持大众和民族相结合

让民族特色健身项目更闪亮



新华社记者 晋美多吉摄

本报记者 邵国华

全民健身大赛中独特的地方特色比赛，不仅为传统项目健身爱好者搭建了比赛平台，也为每个人提供了展现风采和实现自我价值的舞台，让全民健身真正因全民而精彩。一块平地、两个人、长约4米的绳子式布带套在脖子上，用腿腰肩颈的力量进行拔河，这就是独具西南特色的押加运动。第一届全国全民健身大赛（西南区）日前开幕，综合考虑西南地区地域多元等因素，比赛将动和静、传统和新兴、大众和民族相结合，按照“5+10+N”的方式设项，押加、陀螺和珍珠球的比赛让民族传

统项目成为西南赛区独特的符号。

随着第一届全国全民健身大赛（西南区）开赛，押加比赛近日在拉萨举办，来自四川、贵州、云南、西藏等地的43名运动员同场竞技。

押加又称“大象拔河”或者“藏式拔河”，是西藏民间广为流传的一项传统体育运动。由两名运动员在比赛场地上进行角力，其中一方将置于两者之间的坠条拉过自己一侧的决胜线为胜利。比赛现场，气氛紧张而激烈。“僵持近60秒时，我感觉到旁边队友跟我说对手快没劲了，我就一鼓作气往前冲了。”获得第五名的吴开文在第一轮比赛失利的情况下，在第二轮比赛中拿下了自己的首场胜利。

比赛设5个级别，在3个场地同时进行。最终，55公斤级比赛，西藏运动员次仁桑珠获得冠军；61公斤级比赛，四川运动员赵让布获得冠军；68公斤级比赛，贵州运动员吴才勇获得冠军；76公斤级比赛，西藏运动员旦增年扎获得冠军；85公斤级比赛，西藏运动员索朗加措获得冠军。四川队、贵州队获得押加比赛优秀组织奖，云南队、西藏队获得押加比赛体育道德风尚奖。

相对于押加来说，陀螺可能是大众比较熟悉的项目。第一届全国全民健身大赛（西南区）陀螺比赛在普洱圆满闭幕，40余名来自云南、四川、贵州、重庆4省市的6支队伍展开激烈比拼。其中，云南三队实力强劲，一举拿下四个单项冠军。

本次大赛为期6天，分别进行了男子团体、女子团体、男子单打、女子单打、男子双打、女子双打、混合双打7个单项的比拼。选手们经过各省市的层层选拔，在此次比赛中充分展现了刻苦训练

的成果，发挥了极高的竞技水平，突显了敢抢敢拼的体育精神，展现了团结友爱的竞赛氛围。比赛场外站满了前来围观的群众，让打陀螺这一国家级非物质文化遗产代表性项目得到了更好的推广和宣传。

云南队此次派出了3支队伍参赛，凭借扎实的基本功、默契的配合、临危不乱的心理素质，在团队赛和个人赛中都有亮眼表现。尤其是云南三队，分别拿下了男子团体、男子双打、女子双打、男女混合双打四项冠军。“这次大赛选择在普洱举办，首先是普洱的陀螺氛围非常浓厚，其次这里是具有全民开展的基础，为这次大赛的成功举办提供了基本条件，希望普洱的陀螺竞技能发展得越来越好。”大赛裁判长冯国敏说。

更富有特色的珍珠球比赛目前还在进行选拔赛。在西藏地区选拔赛现场，比赛场上攻守往复，小球穿梭飞舞，4只“蛤蚌”时张时合，一对抄网频频有所斩获。最终，凭借默契的团队协作和出色的战术安排，那曲代表队获得冠军。

珍珠球原名“采珍珠”，满语“尼楚赫”，又被称为“踢核”“采核”“扔核”，为满族传统体育项目，是一个由模仿采珠人劳动演变而来的运动项目。1991年第四届全国少数民族传统体育运动会上，珍珠球被列为正式比赛项目。2008年6月，满族珍珠球被列入第二批国家级非物质文化遗产名录。现代珍珠球运动参照了篮球运动的场地与规则，融合各种技战术，经过加工整理后形成具有对抗性、竞争性和趣味性的球类运动。

第一届全国全民健身大赛（西南区）由重庆、四川、贵州、云南和西藏五省（自治区、直辖市）组成，四川省体育局为西南区的牵头部门。通过联动办赛，西南五省（自治区、直辖市）积极营造全民健身、全民健康的良好氛围，不断提高人民群众的获得感、幸福感和安全感，也让西南赛区的健身爱好者体会到润物细无声的体育力量，体现全国全民健身运动会“全民参与、全民运动、全民健康”办赛理念。

首届西南线上健步走比赛打卡最火体育地标

本报记者 邵国华

历时1个月的第一届全国全民健身大赛（西南区）线上健步走（以下简称“西南线上健步走比赛”）日前鸣锣收兵，在万千网友的见证下，190名健步走（跑）幸运儿分获奖励，为西南线上健步走比赛画上句号，而赛事推出的西南体育地标打卡地，仍令参赛者回味无穷。

线下健步科学健身，线上打卡标志地标，是本次西南线上健步走比赛的一大特色，带给参赛者不少乐趣。四川省体育馆、重庆奥体中心、拉萨文化体育中心、贵阳奥体中心、云南新亚洲体育馆……15座从四川、重庆、贵州、西藏、云南五省市区遴选出的代表性地标体育场馆华丽亮相，在拉动五地健身爱好者健步走热情的同时，也以体育的方式展示出了五省区市各自不同的美。

赛事结束后数据显示，四川省体育馆获打卡关注最高，成为65.3%参赛者的打卡首选地，选手总“宠爱”率达91.2%，成为本次比赛最火打卡地标。另外，重庆奥体中心打卡率84.2%、拉萨文化体育中心打卡率81.9%、贵阳奥体中心打卡率

76.6%、云南新亚洲体育馆打卡率75.6%，分别上榜各地体育地标最强热力榜。

西南线上健步走比赛成为西南五省市区群众的一次健步走盛宴，让健步走爱好者们加强了交流和互动。北方人刘黎俊大学毕业后留在了成都，作为一名户外运动达人，他通过线上打卡体验体育场馆还是第一次。他将这份新感受、新体验分享给周围的同事、同学、亲友，带动大家一起参赛。在刘黎俊的影响带动下，779名亲友火速加入西南线上健步走跑“大军”。开赛以来，走跑圈的伙伴们每天晒动态、比成果，分享运动生活，共享这场健身盛宴。

参加西南线上健步走比赛也是新疆来蓉旅游的杨静今年夏天在四川最开心的“相遇”。在与成都跑友的交流中，他获知了赛事信息，积极报名参赛。1个多月来，不仅充分感受了西南五地的运动氛围，还以赛事为媒，与各地的爱好者们加深了交流，建立了友谊。

新颖的比赛方式、灵活的参赛模式，吸引了来自四川、重庆、云南、

贵州、西藏五省区市万千走跑爱好者热情参与。1个月以来，打卡体育地标、推介家乡美景成为五地健身爱好者的新潮之选。达人们希望将来有更多创新，让更加丰富的赛事活动来到身边，同时让家乡的美景“上线”“出境”。

来自乐山的章先生说，比赛期间，好友们经常相约健步打卡，互相激励。比赛虽然结束，但他仍有些意犹未尽。“打卡地除了体育地标场馆，下次再增加一些漂亮的体育运动公园就更好了。”



主办方供图

篮 球

第一届全国全民健身大赛（西南区）比赛篮球赛日前举行。

此次比赛设置了男子、女子五人制，男子、女子三人制共4个组别，五人制比赛在红河州体育馆举办，三人制比赛在红河州体育馆外场展开激烈的比拼。比赛由来自重庆、四川、贵州、云南、西藏五省（区、市）的18支代表队参加，参赛队员年龄跨度大，既有年富力强的篮球新生代，也有热爱篮球运动的资深爱好者。

最终，云南代表队包揽五人制女子组、三人制男子组、三人制女子组比赛第一名，贵州一队获得五人制男子组第一名，他们将代表西南赛区参加全国全民健身大赛篮球比赛总决赛。

气排球

2024年四川省群众体育气排球挑战赛暨第一届全国全民健身大赛（西南区）气排球四川选拔赛日前在温江体育馆拉开战幕。本次比赛为四川省内赛，共吸引来自全省31支代表队、300余名运动员参与，经过两天的激烈角逐，自贡教体2队、乐山市代表队、资阳市代表队夺得男子青年组前三名，资

太极拳

近日，第一届全国全民健身大赛（西南区）太极拳比赛举行，来自西藏、四川、重庆、云南、贵州的13支参赛队伍在3天内共进行了3个太极拳项目的精彩比赛。

最终，贵州省获得42式太极拳第一名，四川省获得24式太极拳第一名，重庆市获得32式太极剑第一名，云南省、贵州省获得体育道德风尚奖，西藏自治区、四川省获得优秀组织奖。

健身气功

由四川省体育局、四川省体育总会主办，四川省健身气功管理中心、雅安市文化广播电视体育和旅游局、天全县人民政府承办的第一届全国全民健身大赛（西南区四川省）健身气功比赛在天全县举行。

本次比赛设置集体项目2项、个人项目7项，来自四川全

飞 盘

第一届全国全民健身大赛（西南区）飞盘比赛近日在重庆奥体中心落幕，凭借出色的临场发挥和团队配合，四川Forange队在决赛中大比分击败同样来自四川成都的Gobro队，顺利捧回冠军奖杯。

“感谢大家的付出，感谢对手，雨战很精彩也很不容易，这座沉甸甸的冠军奖杯就是最好的回报。”在四川Forange队长看来，夺冠固然值得铭记，但在这片天然草赛场上比赛，也是一次很美妙的体验。“这里的场地条件非常不错。”Forange队队员们还纷纷表示，希望川渝两地能够开展更多的飞盘交流活动，共同促进川渝飞盘运动普及发展。

夺得第四名的重庆山雾飞盘队，对这次比赛的场地条件和组织水平同样有着很高的评价，“我们是今年4月刚成立的一支新队伍，这次在奥体天然草地打正式比赛，体验很好。”

体育舞蹈

第一届全国全民健身大赛（西南区）贵州分赛场体育舞蹈比赛近日在黔南州荔波县开幕，来自四川省、重庆市、贵州省、云南省的82名选手同场竞技，用精湛的舞技展现体育舞蹈的魅力。

本次赛事为期两天，设A组、常青组、壮年组、青年组，以及少年一、二组，女子单人精英组、成人单项组8个组别、18个竞赛项目。在成人单项组—C拉丁舞组别中徐坤和李广祚瑾获得冠军。徐坤介绍，他与舞伴李广祚瑾从四五岁开始学习拉丁舞，两人多次参加国内外体育舞蹈赛事，曾入选体育舞蹈国家青年队。虽然有丰富的大赛经验，但此次比赛高手云集，仍给他们带来不小压力。体育舞蹈项目集运动和舞美为一体，既能提高身体素质又能陶冶艺术情操，是丰富广大人民群众多层次、多元化的体育健身需求的理想载体。

（邵国华整理）

第一届全国全民健身大赛风采

编者按：党的十八大以来，全民健身上升为国家战略，健康成为广大群众的“刚需”。第一届全国全民健身大赛正是在这一背景下应运而生。赛事突出“全”字特色：覆盖全时段、全地域、全人群、全民族，努力打造“体育的盛会、人民的节日、欢乐的海洋”。唱响“民”字欢歌：赛事所设的华北、东北、华东、华中、华南、西南、西北7个赛区，项目设置均采用“5+N+X”的方式——“5”为5个规定比赛项目，即足球、篮球、排球（气排球）、健身气功和太极拳；“N”为N个在本赛区的自选特色项目；“X”为各省（区、市）自选项目，均可根据实际情况自行确定，按照因地制宜、举步可就的原则，把赛事送到群众身边。为了宣传报道好第一届全国全民健身大赛，本报开设“第一届全国全民健身大赛风采”专栏，总结梳理各地赛事开展中的基层首创、典型经验，努力强化“大群体”工作格局，发挥赛事多元价值功能和综合功能，讲好全民健身故事，为赛事开展营造良好舆论氛围。

健身爱好者竞逐第一届全国全民健身大赛西南区西藏分赛场

本报讯 第一届全国全民健身大赛（西南区）西藏分赛场近日在拉萨开幕。

本次西藏分赛场由国家体育总局、中华全国体育总会主办，四川省体育局、四川省体育总会牵头，西藏自治区体育局、西藏自治区体育总会、拉萨市人民政府承办。本次西藏分赛场共设立太极拳和押加2个项目总决赛，赛期4天，共有来自四川、重庆、云南、贵州和西藏的211名运动员参赛。

此次活动本着“全民参与、全民运动、全民健康”

办赛理念，遵循“共办、共享、共赢”办赛原则，西南区将动和静结合、传统和新兴兼顾、大众和民族融合，共设“5+10+N”个比赛项目。

此次赛事旨在加强西南五省（区、市）的沟通和交流，积极推动更多层次、更多项目、更多领域的全民健身合作，相互促进构建具有西南地区特色的更高水平的全民健身公共服务体系。

来自西藏的24式太极拳参赛选手次仁桑珠说：“我很期待能通过这次比赛跟其他省份的选手交流，我对这次比赛有很大的信心，也希望能为西藏取得好成绩。”

（史 伟）