

赛出和美乡村好“丰”景

第一届全国全民健身大赛(华东区)农民健身嘉年华临平开赛

本报记者 刘昕彤

金秋送爽，稻谷飘香。一场别开生面的体育盛宴在杭州临平田立方·未来农场点燃了群众的热情。10月19日，由国家体育总局、中华全国体育总会主办，浙江省体育局、杭州市体育局、杭州市临平区人民政府承办的第一届全国全民健身大赛（华东区）农民健身嘉年华开赛，来自上海、江苏、浙江、安徽、山东5个省市代表团参与了这场以农民为主体、以丰收为背景的全民健身嘉年华，用运动庆祝丰收，展现了新时代农民的蓬勃朝气。

开幕式上，极具临平地域特色的滚灯街舞、乔司街道莲湘舞等精彩亮相，展示了临平独特的非遗技艺和文化魅力。仪式结束后，一场独特的稻田上的交响音乐会为选手们加油鼓劲。

据了解，本次农民健身嘉年华共设置了庆丰收（割稻）、拔河、旱地龙舟、滚蚕匾、举稻草、浙里乡村健康跑六大比赛项目。比赛项目不仅充满了趣味性，还与农业生产实践紧密结合，展现了浓郁的乡土气息与独特的竞技魅力，充分展现了新时代农村的生活特色和农民昂扬向上的精神风貌。

随着发令枪响，首个比赛项目“浙里乡村健康跑”开跑。健康跑以“千村竞技、万马奔腾”为主题，旨在以创新的路跑赛事形式讲述“千万工程”给浙江乡村带来的深刻变革，全景式、立体式展示乡村振兴的丰硕成果。赛事分为大众成人组（10公里）和亲子组（2.5公里），共计300余人参与。分组设置不仅满足了不同跑者的需求，同时增加了赛事的趣味性和互动性。参赛选手表示：“在乡村田野中奔跑，不仅呼吸着新鲜的空气，还零距离地感受到现代化的农业景观，特别是收到了临平当地的土特产作为奖励，参赛体验感满满！”

在庆丰收（割稻）项目中，选手们手持镰刀，在金黄的稻田间挥汗如雨，争夺“丰收之王”的荣誉；拔河比赛则考验着团队的协作与力量，呐喊声、加油声此起彼伏，将现场气氛推向高潮；旱地龙舟比赛更是别具一格，选手们脚踏龙舟，在田间地头划出一道道亮丽的风景线；滚蚕匾、举稻草等项目则充分展示了农民选手的力量与技巧，让观众大开眼界。田间地头的比赛场地，不仅让选手们感受到了劳动的艰辛与运动的快乐，更让这场全民

健身嘉年华充满了别样的魅力。

赛事负责人表示，作为一项全国性、综合性、群众性赛事活动，农民健身嘉年华淡化竞技色彩，力求通过赛事活动的举办，推动构建更高水平全民健身公共服务体系，将赛事活动办在群众身边，为群众提供“举步可就”的全国性赛事活动平台，通过“体育+”模式全面推动体育与文化、旅游、农业农村等领域协同发展，积极营造健康、积极、向上的全民健身浓厚氛围，持续打造“活力临平”全民健身新样板。

除了比赛之外，嘉年华还设立了当地特色农产品主题市集等项目，以现代农业展示、民俗文化表演、农民体育竞赛的形式，全面展示现代都市田园之美，探索乡村文化建设和经济发展的新路径，也借此将全民健身理念更好地向农村地区普及，让体育成为乡村振兴的助推器与催化剂，共同书写新时代乡村振兴的新篇章。



主办方供图

“水立方”助推“双奥之城”健身热潮

本报记者 部国华 实习记者 张博宸

今年夏天，家住鸦儿胡同的张颖带着女儿在国家游泳中心“水立方”报了游泳短训班。时隔多年再次进入“水立方”，让她熟悉而又欣喜：场馆比2008年首次参观时更好看了，地铁直达很方便，水质和周围环境都特别好。作为北京奥运会和北京冬奥会比赛场馆，同时又是“双奥之城”群众体育工作开展中的代表性场所，“水立方”16年来持续服务全民健身。

“水立方”在北京奥运会期间向世界展示了中国体育建筑的科技含量、人文元素与服务品质。从建造期间陆续克服“钢结构”“膜结构”“LED景观照明”三大难题并实现九大突破，到北京冬奥会管理团队水冰转换精准的环境控制，“水立方”始终坚持高品质，注重场馆功能与竞技体育、群众体育的结合。

北辰东路社区的邱爱华退休后每周都会去“水立方”游泳健身，网上预约、扫码进入，“这里水质

好，放心，而且游泳是‘血管体操’，可以改善和增强心血管系统的功能，适合老年人。”像邱爱华一样，很多老年人也是“水立方”的常客。国家游泳中心党委书记、董事长杨奇勇说，通过各类赛事的拉动和中国游泳竞技水平的提升，群众参与游泳的积极性也越来越高，‘水立方’现有会员5万人，年均25至30万人参与，同时带动了5到14岁儿童游泳长训班报名的火爆，目前学员在青少年比赛中的名次也有所提高。”

逐年完善的培训体系对青少年体质提升、性格塑造的作用也显而易见。陪孩子参加游泳培训的张女士说：“我闺女性格内向，比较胆小，一暑期学完，感觉孩子活泼不少，而且抵抗力强了，第一次整个夏天到国庆都没生病，将来想让她继续坚持。”

不只是水上项目对群众产生吸引，作为全国开展冰壶项目条件最好的场馆，“冰立方”在奋力拓展冰壶人口，运营两年多的时间，参与人次已超过20万，每年会固定举办五场群众赛事，并配有专门直

播，赛事活动已覆盖全国10个省市区和港澳台地区。此外，工作团队重视法定节假日对冬季项目的推广作用，“十一”期间，“冰壶大冲关”有奖体验活动在冰上运动中心开展，参与者可免费体验4次冰壶投掷，亲子协同其乐融融。

群众滑冰、冰舞的冰场也进行了升级，杨奇勇说：“冬季项目营收超过预期。今年会从场地设施、灯光音效和可举办活动的类型做出优化、创新，打造有体育特色又包含大量文化内容的消费场景。”

“从关注一个场馆到关注运动本身、关注人，‘水立方’承载了很多愿望。”杨奇勇表示，未来“水立方”要发力营造体育内容的综合消费场景，计划吸纳篮球、网球、体适能等项目进入场馆，吸引时尚潮流运动与原有项目互相激荡，群众有机会凭一张“水立方卡”实现水上、陆上项目全季节一馆畅玩，做到“适配两类季节，服务一方群众”。



舒筋拉力操，老年人健身新选择

本报记者 冯 蕾文/图

随着《歌唱祖国》的旋律响起，117名老年广场舞骨干学员，踏着欢快的节拍，面带微笑，热情洋溢地投入到舒筋拉力操的学习中。2024年全国老年人广场舞科学健身指导活动（威海站）日前举行，学员们充满活力地展现了老年人积极向上的生活态度，舞出了健康、快乐的正能量。

“拉力操独特的力量与柔韧训练，让人眼前一亮。”国家级老年操舞项目裁判、河南省老年人体协参训学员杨荷燕说：“拉力操强化了老年人的上肢及腰腹力量，增添了运动的趣味性。回到家乡后，计划结合所学，创新编排，再向河南省内推广，让更多老年朋友受益。”

力与美融合 护航老年健康

中国老年人体育协会副主席、广场舞专委会主任温文表示：“随着人口老龄化趋势的加剧，老年人体育健身事业的重要性日益凸显。舒筋拉力操作为一项适合中老年人特点的健身项目，具有广阔的发展前景和巨大的社会价值。”

本次科学指导活动的亮点之一，便是舒筋拉力操的推广与教学。作为山东省威海市文登区钰坤健身器材厂的创新成果，舒筋拉力器自2015年成功研发以来，便以其独特的健身效果赢得了广泛赞誉。在文登区老年人体协的组织下，经相关专家指导，第一套舒筋拉力操应运而生。青岛市老年人体协健身操舞专委会副主任、本次活动指导老师于淑芹介绍说：“舒筋拉力操针对老年人身体特点而创编，旨在延缓筋骨萎缩和肌肉流失，提高身体柔韧性和协调性。”

近年来，舒筋拉力操凭借其安全性强、简便易行、易于掌握的优势，迅速在全省乃至全国范围内推广开来。从山东到四川、江西、湖南、

陕西等地，越来越多的老年人加入到这一健身行列中来，享受着运动带来的快乐与健康。截至目前，舒筋拉力操已创编至第五套，成为老年人体育健身的优选项目之一。

打造山东品牌 筑梦老年体育发展

作为舒筋拉力操的发源地和“山东省老年人体育协会舒筋拉力操专委会”的所在地，威海市在此次全国老年人广场舞科学健身指导活动中扮演了重要角色。威海市老年人体协积极响应省老年人体协的号召，将舒筋拉力操作为重要创新项目培育推广，努力打造山东品牌项目。

威海市老年人体协副主席丛培军一直致力于舒筋拉力操的推广工作，他介绍说：“为了加快推广步伐，协会成立了舒筋拉力操专委会，还在多地市老年人体协广纳贤才，共同为项目推广提供有力保障。同时，通过组织骨干培训、

展演比赛等活动，不断提升项目的影响力和参与度。”

专委会的成立与运作是舒筋拉力操推广工作取得成功的关键所在。专委会内部机构完善，设有产出研发组、节目编制组、活动筹备组等多个部门，共有专业人员32人。通过制订详细的工作计划、完善比赛规则、组织培训和比赛等措施，专委会稳步推进各项工作，确保了舒筋拉力操在全省乃至全国的广泛普及。此外，各地之间的横向联动也为项目推广注入了新的活力，各地市积极选派骨干参加培训、开展交流活动、参与比赛，这种团结协作的精神不仅促进了舒筋拉力操项目的快速发展，也为老年人体育健身事业的繁荣贡献了力量。

健身快车

中国国际飞盘公开赛举行

本报讯 2024年中国国际飞盘公开赛日前在陕西省体育场举行。本次比赛共有来自中国、澳大利亚、意大利、美国、泰国等15个国家和地区的400余名运动员参赛。

为推广普及飞盘运动，比赛期间主办方还组织了飞盘嘉年华活动，设置赞助商展示区、文化体验区等区域，现场观众可以在这里亲身体会飞盘的魅力，享受飞盘的快乐，更能感受到千年古城的历史积淀、人文特色和时尚运动的交融魅力。

近年多项飞盘赛事相继落户陕西省，赛事活动带来的“流量”有力塑造了城市形象，并以赛事为引擎，积极推动文、体、旅、商融合发展，成为推动全民健身和全民健身深度融合的生动体现。

本次赛事由国家体育总局社会体育指导中心、陕西省体育局主办，全国飞盘运动推广委员会、陕西省朱雀广场管理中心、陕西省社会体育运动发展中心、陕西省体育场、西安市体育局、西安市碑林区人民政府、陕西省飞盘运动协会承办。

（轧学超）

沈阳社区运动会耕耘基层沃土

本报讯 日前，2024年沈阳市社区（村屯）运动会/乡村振兴（法库）全民健身趣味运动会暨第一书记足球联赛在辽宁省沈阳市法库县民心公园举行。

此次运动会设有5人制足球赛和趣味足球赛，参赛队伍由法库县19个乡镇街道第一书记代表队和吉祥街道12个社区队组成。开幕式当天，乡镇街道第一书记组成的足球队率先出场，成为赛事最大特色。

第一书记们为了乡村振兴工作从各地来到驻村单位，平时工作繁忙，有机会在赛场上挥汗比拼，相互交流，大家都非常珍惜。“平时在村务工作中，不同乡镇之间也多有交集，通过参加本次赛事，更增加了大家熟悉度，增强不同乡镇之间的交流，能更好地促进乡村振兴工作的协同开展，同时也展现了我们法库县第一书记们的积极向上拼搏进取的精神面貌。”法库县十间房镇尚屯村第一书记王运光说。

本次活动由沈阳市体育局、法库县人民政府主办。

（轧学超）

京津冀汽车集结赛助力乡村振兴

本报讯 10月19日，第二届京津冀汽车集结赛在北京市丰台区王佐镇西庄店村举行。本次比赛以“链接乡村 激情越野”为主题，来自京津冀地区的40辆车80名车手参与了角逐。

据介绍，大众赛车活动并非以“竞速”为目的，主要考验驾驶技巧和时间控制，因此在赛道设置上别出心裁。轮胎路、单边桥、升级版炮弹坑、绕桩、枕木路……闭环林道确保了赛事安全，各种障碍路段为汽车爱好者提供了更多驾驶乐趣。

在距离赛场不远的露营观赛区，现场大屏实时播放着场内情况，清晰地展现各位选手如“蝴蝶穿花”般的绝妙技艺。比赛间歇，参赛车手纷纷带来才艺表演。除此之外，赛车市集、农产品展示推介、民宿体验、农事体验等多

种活动异彩纷呈。

赛事举办地王佐镇自然风光旖旎，旅游产品丰富，打造了南宫旅游景区、佃起水稻文化农业园、绿野仙踪郊野乐园、怪村四季花海等一批现代都市休闲园区。王佐镇紧抓乡村振兴的战略机遇，推动全域旅游小镇建设，加快培育“农文旅体商”产业融合发展新业态。按照全域旅游小镇规划，西庄店村近年来因地制宜，创新开拓体育经济，进一步打造以文旅体融合、体育助农为特色的体育品牌赛事，推动绿色产业创新发展。

本次比赛旨在打造文旅结合、体育助农的汽车品牌赛事，建设距离北京城区最近的汽车赛事基地，助力乡村振兴，激活体育消费活力，逐步形成“体育+生态+消费”的新名片，以实际行动加强京津冀三地区域间体育交流合作，促进京津冀体育融合高质量发展。

（林 剑）

全国全民体能大赛巡回赛进北京景区

本报讯 日前，2024全国全民体能大赛巡回赛·北京暨北京体能公开赛在通州区运河文化广场举行。作为国家级体能赛事，本次比赛吸引了来自全国各地的500余名优秀体能选手参赛，以及逾千名观众到场观赛。

本次比赛由国家体育总局社会体育指导中心和北京市体育局主办，北京市社会体育管理中心、北京市通州区体育局承办，这是该赛事时隔6年再次落地北京。赛事通过打造“全

民健身+竞赛表演”的潮流体能健身赛事体系，向全国展现了北京的潮流体育形象，并致力拓宽体能健身需求市场，助力北京体育健身市场的创新、多元化发展。

为响应体育“三进”的要求，本站赛事走进北京5A级景区，将赛事活动带来的“流量”转换为经济“增量”，以实际行动推动了赛事消费，促进文、体、旅、商深度融合，为北京扩大消费贡献了体育力量。

（轧学超）