

威海老年体育舞动最美夕阳红



本报记者 冯蕾文/图

每当晨光初破，或夕阳洒满大地，山东威海的公园广场、社区街道、体育活动中心乃至每一个街角巷尾，都跃动着老年朋友们矫健的身影。他们或伴着悠扬的乐曲翩翩起舞，或气定神闲地打着太极拳、跳着广场舞，在丰富多彩的健身活动中，释放着对生活的热爱，诠释着最美夕阳红。这一番火热的健身景象离不开山东省威海市为促进老年体育发展付出的不懈努力与默默奉献。

今年是威海市老体协成立35周年，协会自成立以来始终发挥着联系老年人的桥梁和纽带作用，致力于完善组织建设，广泛开展老年体育健身活动，引导并带动全市老年人积极参与到体育健身中来，为新时代老龄事业和老年体育工作的高质量发展注入了强劲动力。面对全市60岁以上老年人已超过84万

且持续增长的现实，威海市老体协深刻认识到提高老年人健康水平是全社会的共同责任。为此，协会不断扩展机构组织，构建起覆盖市、区、镇(街)、村(居)四级的老年体育工作网络，确保“动脉中枢”与“毛细血管”的强健与畅通。目前，全市2733个村(居)中，80%以上已配备老年体育工作组织，为老年人提供了便捷、丰富的健身平台。

在威海，太极拳已成为老年体育的一张亮丽名片。威海市老体协已培训太极拳骨干近3万人，村(居)太极拳普及率高达90%以上。所辖4区(市)均被授予第一批“全国老年太极拳之乡”称号，72个镇街也均获省“老年太极拳之乡”殊荣，实现了全市“一片红”的壮举，这在山东省乃至全国都属首例。

在环翠区孙家疃街道育海社区，有一支由威海市老年人太极拳专委会精武团队创始人李廷海带领的队伍，他们十几年如一日地进行公益授

课，培训时间累计超过5000学时。李廷海自1983年起师从北京螭螭拳名家马汉清，练拳四十载，他将所学传统文化与武术、太极拳完美融合，无私地传授给更多人。精武团队自成立以来，在国内外各类比赛中屡获佳绩，还走进了学校、社区，广泛传播传统武术。李廷海表示：“义务教拳是个人奉献，积极参加社区活动是团队奉献，取得优异成绩是成果奉献。我们希望通过这种方式，让更多人了解并爱上太极拳，享受运动带来的快乐与健康。”

隋敬海、李艳莉夫妇便是受益者之一。他们从黑龙江省大庆市远道而来，最初只是为拜访李廷海，却被威海的环境和人们的热情所打动，最终选择定居于此。“每周6次太极拳课程，风雨无阻，我们从不缺席，并将这种公益行为带回自己所在的社区，继续推广太极拳。”他们坦言，太极拳不仅让他们的身体更健康，还让家庭氛围变得和谐幸福，共同的话题和探讨让彼此间少了争吵，多了交流。

除了太极拳，威海市老年人团体协还广泛开展了柔力球、健身球、门球、台球、健身操、健身舞、健身气功等多种老年体育活动，满足不同老年人的多样化需求。在陶家夼社区，金色桃源俱乐部团长苗俊荣说：“我们开展的项目丰富多样，参与人数众多，所有费用均由社区承担，让老年人真正实现了零负担健身。这种良好的健身环境和氛围，让队员们倍加珍惜，也激发了他们的参与热情。”

威海市老年人团体协主席林治刚说：“找准老年人的心愿，让老人们满意，就抓住了老年体育运动工作的龙头。”正是这份对老年人的深切关怀与理解，让威海市的老年体育事业得以蓬勃发展，让每一位参与其中的老年朋友都能感受到社会的温暖与关怀，以更加饱满的热情和更加健康的体魄，舞动着属于他们的“夕阳红”。

健身快车

中国-东盟健身气功训练营线下活动举行

本报讯 为加强中国与东盟国家之间的健身气功交流合作，促进国际健身气功事业健康发展，2024年中国-东盟健身气功训练营线下活动于近日在广西南宁市三塘体育训练基地举行。来自柬埔寨、印度尼西亚、马来西亚等8个东盟国家和中国北京、广西的120名健身气功学员、授课专家和爱好者参加。

健身气功是中华优秀传统文化的重要组成部分，拥有悠久的历史 and 独特的养生价值，时至今日，越来越受到世界各地人民的青睐。国家体育总局健身气功管理中心主任董军表示：“为了加强中国和东盟国家之间的健身气功交流合作，我们面向东盟国家，分别于2016年和2018年在广西南宁和云南昆明举办健身气功交流活动，又于2022年创办了中国-东盟健身气功训练营，为中国和东盟国家架

起一座沟通交流、共建友谊的桥梁，搭起一个共同提升身心健康、展示健身气功推广成果的平台。”

开幕式上，南宁市青年代表进行了中国舞狮、花样跳绳等精彩表演。开幕式后，北京体育大学教授王晓军做了《健身气功运动处方的过去、现在与未来》专题讲座，开始了第一课。本次活动包括理论讲座、交流比赛以及八段锦和颈椎平衡方培训，为东盟各国健身气功爱好者提供共同学习、共享健康、共促友谊的机会，让健身气功惠及更多人。

本次活动由国家体育总局健身气功管理中心(中国健身气功协会)、广西壮族自治区体育局和北京市体育局主办，北京体育大学和广西社会体育运动发展中心承办，北京市社会体育管理中心、广西壮族自治区体育局青秀山训练基地协办。(冯蕾)

2024年全国热气球精英赛收官

本报讯 日前，2024年全国热气球精英赛(四川金堂站)在金堂县收官。作为近五年来国内规模最大、参赛选手最多的一次热气球盛会，来自全国各地的30支精英队伍展现了高水平的竞技风采，呈现了一场云端上的飞行盛宴。

据介绍，本次参赛的30支队伍自全国400支报名队伍中选拔得出，代表了全国业内最高水平。竞赛参照《国际航联2024年热气球竞赛规则》执行，因赛制与国际接轨，本次参赛选手将获得国际排名积分。

比赛设置了飞向主会场、游荡华尔兹、竞赛飞行等多项竞赛科目，裁判员根据选手各科目完成度进行综合评分。经过激烈角逐，刘翔以总分8277分荣获第一名，刘忠羽以总分8084分获得第二名，左丹获得第三名。获得第二名的刘忠羽选手在今年9月的第25届FAI世界热气球锦标赛上也获得了总排名第55名，是中国选手中的第1名。值得一提的是刘翔和刘忠羽是一对父子，出自一个热气球运动世家，祖孙三代都活跃在热气球赛场。据了解，共有三对父子，一对夫妻倾情参与本次赛事，为激烈的比赛增添一抹温情与浪漫。

据主办方介绍，本次全国热气球精英赛落地四川金堂县天府橘乡是一场实实在在的“双向奔赴”。这里有优越的地理气候条件和丰富的体育赛事活动举办经验，更有强势崛起的低空经济、丰富多彩的研学旅游和农商文旅体科养融合发展的迅猛势头。赛事期间，为运动员、工作人员和游客朋友提供全面的服务，全力保障赛事顺利进行。

此外，举办地还推出了首届热气球露营生活节，包括热气球升空、非遗表演、露营生活、昆虫灯会等活动，游客们在橘乡观赏热气球表演、吃着露营烧烤，享受这场难得的热气球盛宴。

近年来，金堂县加快发展“低空+应急”“低空+文旅”“低空+智造”“低空+职教”“低空+物流”五大产业领域，培育森林消防、城市抢险等航空应急救援应用场景，打造西南地区低空物流配送枢纽，不断优化“金彩瞰”低空旅游业态，促进低空经济产学研用深度融合，建设西部低空经济发展先行示范区，助力成都建设西部低空经济中心。(冯蕾)

图片报道



第三届北京射箭公开赛举办

本报讯 为期两天的第三届北京射箭公开赛日前在芦城体育运动技术学校落幕。本次赛事完全对标全国大众射箭比赛规则，吸引了北京市各俱乐部220余名选手参赛。

射箭作为我国传统体育文化项目，承载着丰富的中华优秀传统文化内涵。在国家体育总局开展的体育六艺系列活动中，射箭作为重要内容融入其中，焕发出新的时代光彩。本次公开赛设置了反曲弓、复合弓、传统弓及光弓四种弓型，满足了不同选手的需求，也让大家充分领略到各种弓型的独特魅力。

参赛选手刘思源认为专业性是这次比赛给他的最直观感受。“我觉得这次比赛从各方面都很专业，比如比赛中，裁判会一直在后边提醒我要标箭孔等。在赛程安排上也没有出现拖沓或延到第二天进行的情况。”

刘思源说，射箭是一项相对孤独的运动，更多的时候是自己与自己的比拼。“我

一开始是练习反曲弓，但是因为比赛比较转练复合弓，现在基本每个周末都能参加比赛，我也是从2019年开始专职练习射箭，和朋友一起开了一家射箭俱乐部，从一个射箭爱好者变成了参与者。”

此次公开赛的成功举办，不仅为广大射箭爱好者提供了一个展示自我、交流技艺的平台，也进一步推动了北京市射箭运动的发展。通过比赛，更多的人了解到了射箭运动的魅力，感受到了中华优秀传统文化的博大精深。

本次比赛由北京市社会体育管理中心、北京市芦城体育运动技术学校、北京市大兴区体育局主办，北京市射箭运动协会承办。

(顾宁)

把体育赛事办在群众身边

安徽省第六届全民健身运动会落幕

本报记者 刘昕彤

历时近4个月，安徽省17个参赛单位进行了34个大项、295个小项的比赛，运动员近7000人……近日，安徽省第六届全民健身运动会闭幕式在安徽省淮北市举行，标志着这项安徽省规模最大、规格最高、持续时间最长、参与群众最多、影响最广的群众体育盛会落下帷幕。

此次大会由安徽省人民政府主办，安徽省体育局、淮北市人民政府承办。本届运动会紧扣“安全和谐、节俭务实、健康快乐、精彩出彩”的总体要求，突出“全民参与、全民健康、全民共享”的主题，掀起了全民健身、乐享健康的新热潮，集中展示了新时代安徽群众体育事业的丰硕成果。

本届运动会设置了竞赛项目和展演项目，既有群众喜爱的“三大球”(足球、篮球、气排球)、“三小球”(乒乓球、羽毛球、网球)、广场舞、太极拳、健身气功等日常锻炼

项目，也有轮滑、体育舞蹈等时尚流行项目，同时增设街舞、电子竞技、中国式摔跤、空手道、龙舟等5个新兴与传统特色大项。

为了契合“快乐健身、全民参与”，此次运动会坚持以人民为中心，创新办赛模式，把赛事办在群众身边，推动体育赛事“进景区、进街区、进商圈”，促进体育赛事经济发展。

在淮北市桓谭公园西侧的健身广场，20多位妇女姐妹身穿色彩斑斓的服装，跟着音乐的律动，在广场上跳舞健身。在淮北市体育场内的多处小广场上，三五成群的姐妹伴随着优美的音乐摇曳起舞。“现在我们生活条件都好了，只要不下雨，我们几个每天早晚都要跳半个多小时，以前患的肩周炎和脑动脉供血不足等疾病也好多了。”正在跳舞健身的唐女士开心地说。

体育成为人们生活中不可或缺的一部分，离不开体育场地设施的完善与发展。据了解，2023年以来，淮北市新建绿金湖、萧滩新河、濉河等体育公园，“菜单式”提升社区、农村、公园等健身设施500余处，淮北市体育馆入选“2023年国家体育总局公共体育场馆开放使用第一批典型案例名单”。截至2023年底，淮北市人均体育场地面积达2.95平方米，点亮

群众健康生活。

赛事活动同样丰富多彩。近年来，从社区运动会到大型体育赛事，从日常晨练到周末健身活动，淮北市举办全国及长三角系列赛事16项、省级赛事20余项、市级各类赛事40余项，全民健身活动遍地开花。目前已初步构建“国家级+区域性+省级+自主品牌+市级群众和青少年赛事”等特色鲜明、互动互联的赛事体系，形成了“月月有赛事、周周有活动、人人可参与”的全民健身氛围，切实把群众体育赛事办在群众家门口，办到群众心坎上。

现在，淮北还在不断创新“体育+”模式，持续推动“体育+文化”“体育+旅游”等融合发展，大力开展特色主题体育文化交流活动，促进文体赛事、体育衍生品等方面的创意设计和产品开发，挖掘更多潜力、释放更大效能，推动文旅融合发展。

闭幕式上，大会表彰了优秀单位和团体，授予合肥市代表团等17个代表团“安徽省第六届全民健身运动会体育道德风尚奖”“优秀组织奖”荣誉，授予淮北市文化旅游体育局、濉溪县人民政府、相山区人民政府、杜集区人民政府、烈山区人民政府5个单位为“优秀赛区”。4年后，安徽省第七届全民健身运动会将在亳州市举行。