

一场环浙步道系列赛走出“多赢”之路

钟樑 梅露西

日前，2024环浙步道系列赛走进以“浙江红旗第一飘”著称的三门县亭旁镇。近千名徒步爱好者沿着红色足迹，走过亭旁起义重要集聚地丹邱寺、赤子剧院和亭旁起义纪念馆，在挥洒汗水间感受三门红色赓续。

近年来，随着全民健身和户外运动的热潮不断升温，浙江省体育局创新性地推出了“环浙步道”项目，旨在打造一条穿越全省多个设区市、预计总里程达10000公里的徒步步道系统。这一项目不仅为户外运动爱好者提供了广阔的天地，也成为推动当地旅游经济、展示浙江自然风光和历史文化的重要窗口。其中三门段以其丰富的自然景观和深厚的历史文化底蕴成为“环浙步道”中不可或缺的一环。

亭旁是浙江第一个苏维埃政权诞生地。1928年，亭旁起义打响了浙江武装革命第一枪，至此点点微光渐成燎原之势。96年过去了，沧桑不改，红色印记历久弥新。体育赛事与革命精神在亭旁找到了最佳的契合点。“13.5公里的赛道难度虽然不大，但途经山根邵村的一段陡坡还是很考验意志的。”尽管动了想放弃的念头，参赛者小方还是坚持走完了全程。“走一遍革命志士们走过的路，既受到了爱国主义教育，又欣赏了美景，还锻炼了身体。真是一举多得。”小方还给记者展示了几张沿途拍摄的照片。“除了徒步，本次活动还有摄影比赛，所有参与者都能参加，没准还能拿个奖。”

同样感到不虚此行的还有来自台州椒江的参赛者金丽丽。在领完完赛奖品和体育消费券后，金丽丽立刻“转战”相邻的共富集市。此时当地农户铺

子里的糟羹、松花饼、麦饼、猪肉饭等特色美食早已翘首以待，让金丽丽有些应接不暇。“根本吃不过来，还打包了不少其他农副产品，带回家与家人共享亭旁的美食。”

在猪肉饭铺位，摊主傅爱笑正在大声吆喝。“生意很好，已经卖出去800多份了。”除了照顾自己生意，傅爱笑还给参赛者介绍其他铺位的三门特产：“那边的汉糖蜜点是三门特色。那边的三门冲锋衣也是可以使用消费券的。”傅爱笑口中的消费券正是组委会为每位完赛者准备的价值50元的体育消费券。他们在享用美食的同时，也给当地村民带去了可观的收益。“通过赛事促进乡村振兴，带动共同富裕是我们办赛的初衷，本次环浙步道系列赛亦是如此。”台州市体育事业发展中心二级调研员王振华告诉记者，通过发放五万多元的消费券，预计将撬动

消费达100多万元，为当地百姓带来实实在在的赛事红利。

据了解，亭旁镇“体育赛事+红色旅游”的“组合拳”由来已久，近几年，在三门县体育主管部门和当地镇政府的共同努力下，亭旁这块红色教育基地的金字招牌早已成为三门体育的另一张金名片。大小赛事流量成功引流至红色旅游。至今已举办两届的三门亭旁红色圣地半程马拉松赛不仅打响了台州地区马拉松赛事“第一枪”，通过赛事举办还充分挖掘了亭旁红色资源，深化了文旅体融合。“红色资源让亭旁充满吸引力，体育比赛则能把吸引力转化为消费力和知名度，把人气留下来。”亭旁镇镇长王峰表示，目前，亭旁镇多功能体育馆、研学基地等项目正在加快建造步伐，三门“体育赛事+红色旅游”融合发展之路或将迎来新的发展契机。



京津冀羽球爱好者隔网交流乐享健身

本报记者 顾 宁文/图

日前，第八届京津冀羽毛球冠军挑战赛在北京燕山体育馆举办，来自京津冀三地的300余名羽毛球爱好者汇聚于此，相互切磋、相互交流。

本届比赛由混合团体赛和单项赛组成，混合团体赛包含接龙比赛、男单、男双、女双和混双五个项目，单项赛包含40岁以上组和40岁以下组，设置男子单打、女子单打和混合双打项目。多样化的项目组别设置使本次比赛成为各年龄、各行业人群展示羽毛球技能的舞台。

比赛现场的气氛紧张又热烈，运动员们灵活奔跑、跳跃，挥动球拍将羽毛球精准地击向对方场地，每一次精彩的扣杀、巧妙的吊球，都引来观

众们的阵阵喝彩。来自河北的李坤是第二次参加该项赛事，她说：“羽毛球给了我很大的能量，帮助我从繁重的工作中跳出来，促进身心健康。京津冀羽毛球冠军挑战赛的水平非常高，特别是北京有很多群众羽毛球高手，通过和大家切磋交流，不仅提高了我们的羽毛球水平，而且促进了三地百姓的交流，也带动了三地群众羽毛球运动的发展。”

北京市社会体育管理中心主任孔宪菲表示，羽毛球因其上手快、门槛低等特点，深受大众的喜爱。作为京津冀地区的品牌赛事，京津冀羽毛球冠军挑战赛的举办，就是希望为三地的业余羽毛球爱好者们搭建一个切磋球技、交流友谊的平台，响应群众对项目的热爱、满足群众的健身需要，促进

京津冀三地全民健身协同发展。未来，主办方将更好打造赛事，在促进全民健身发展的同时，助力羽毛球项目装备、场地、培训等周边产业发展。

据介绍，除京津冀羽毛球冠军挑战赛外，北京市社会体育管理中心围绕京津冀协同发展战略，还开展了京津冀徒步、京津冀游泳、京津冀社会体育指导员交流展示大会等一系列丰富多彩的赛事活动，为提高京津冀地区体育文化交流，推动京津冀体育产业协同发展，打造更多的京津冀特色品牌赛事贡献力量。

本次比赛由北京市社会体育管理中心、天津市体育竞赛和社会体育事务中心、河北省体育局社会体育中心主办。

■健身快车

国家体育锻炼标准达标测验进校园

本报讯 大连市国家体育锻炼标准达标测验活动日前举行，来自高新区龙王塘小学、大连市第63中学的400余名中小學生参加了测试。

国家体育锻炼标准是我国基本体育制度，是以检验公民体育锻炼效果、评价身体素质和运动机能为目的，以测验达标为手段的评价体系。通过开展国家体育锻炼标准达标测验活动，推动全民健身事业高质量发展。

由大连市体育局主办、大连市健美健美操协会承办的此次达标测验活动将历时一个月，分为儿童、少年、青年、壮年、老年五个年龄段。

本次测试对学生的力量、速度、耐力、灵敏、柔韧等五方面身体素质和运动能力展开了达标测验，对标国家体育锻炼标准，引导科学提升身体素质。此后还会相继在社区、企事业单位开展针对不同年龄段人群的测试。达标测验现场仿佛一场“校园运动会”，随着裁判的一声令下，各项测验项目有序开展。参赛者们奋力拼搏，力争佳绩，加油声此起彼伏。

赛道上，选手们挥洒汗水，坚持不懈地追逐目标；跳远区，运动员们腾空而起，体育的魅力在赛场上得到了充分展现。两所学校的负责人分别表示，良好的身体素质是青少年健康快乐的基础，学校有责任为学生科学体育锻炼提供引导和支持，平时学校就加强学生的体育锻炼，特别注重“学、练、赛”一体化教学，校园排球氛围浓厚，形成具有特色的排球大课间，学生人手一球，“人不离球、球不离手”，运用各种身体练习和方法增强体质，体现出以人为本、健康第一的教育宗旨。

大连市体育局相关负责人表示，大连市高度重视全民健身事业发展，积极构建亲民、惠民的高水平全民健身公共服务体系。通过举办国家体育锻炼标准达标测验活动，激发群众参与体育锻炼的积极性和主动性，提升大众身体素质和健康水平，促进群众体育全面发展，深入贯彻全民健身国家战略。（林 剑）

北京首办健身俱乐部公开赛

本报讯 “健康北京，燃动你我”首届北京健身俱乐部公开赛决赛日前在月坛体育馆举办。自11月9日启动预赛以来，比赛共吸引了来自北京地区100多家优秀健身俱乐部积极参与，选拔出的近千名选手现场参加决赛。

本届比赛共设置平卧推举、史密斯深蹲、杠铃硬拉、双臂悬垂吊杠、团操和健身瑜伽“4+2”六个比赛项目10个组别。参与人群包括体育健身从业人员、健身爱好者、社区居民等，公开赛的赛制和项目设置具有群众基础强、覆盖面广、受众人群多、赛制简单、带动效应明显等特点。公

开赛的办法不仅为北京市健身爱好者提供了展示自我、交流技艺的平台，还激发了市民的健身热情，满足了市民个性化健身需求。同时，也加强了健身俱乐部之间的交流合作，丰富了体育消费场景，促进了体育健身消费，提升了北京市健身行业的发展信心。

比赛现场气氛热烈，参赛者们个个精神饱满，全力以赴。观众的加油声和欢呼声此起彼伏，为比赛增添了更多激情与活力。

本届公开赛由北京市社会体育管理中心和北京市西城区体育局主办。（顾 宁）

全民健身志愿服务深入社区

本报记者 轧学超

为丰富全民健身公共服务，倡导社区居民文明健身、科学健身，促进全民健身志愿服务纳入基层社会治理，由国家体育总局群体司指导，体育总局人力资源中心组织开展的“全民健身 志愿同行”全民健身志愿服务（社区）项目自实施以来取得积极进展。

2024年，辽宁鞍山呼吸联盟志愿者协会开展社区全民健身志愿服务共覆盖31个社区。依托协会组织化招募全民健身志愿者65人，志愿汇平台社会化招募380人，组建了11支健身队伍，开展的活动项目有趣味运动会、门球、武术、太极、舞蹈、乒乓球等10余种，社区群众都积极参与。

“我们的目标是一致的，那就是为全民健身服务，

能够让群众更好地体验体育运动。”辽宁鞍山呼吸联盟志愿者协会相关负责人表示，“志愿者们近距离接触社区生活，参与公益活动，锻炼了动手能力，也感受到了传统文化的魅力。同时，活动拉近了志愿者、社区工作者和居民的距离，为和谐社区建设增添了一抹绚丽的色彩。”

在北京，“全民健身 志愿同行”社区志愿服务项目的志愿者们同样深入社区，为群众提供体质监测、科学健身指导等服务。北京奥朋志愿服务联盟和北京市夕阳再晨社会工作服务中心的志愿者们通过开展一系列活动，让全民健身志愿服务深入人心。参加过两次活动的居民路梁说，活动营造了“处处可健身、天天想健身、人人会健身”的社区氛围，推动了全民健身工作“全地域覆盖、全项目参与、全龄化受益”，让我们真正感受到了体育的正能量。

拼搏与精彩发挥赢得了现场观众与评委们的阵阵喝彩与高度认可。

此外，最佳表演奖为江苏亚华通用航空有限公司；云南弥勒浩翔科技有限公司、中航通用飞机有限责任公司、江苏中澳航空科技股份有限公司等6家公司获得精神文明奖；广东锐翔通用航空有限公司、清远翔鹏通用航空有限公司等4家公司获得特殊贡献奖；清远市清城区人民政府、清远市文化广电旅游体育局、中航通用飞机客户服务有限公司、清远市清城区文化广电旅游体育局获得优秀组织奖。

第三届全国轻型飞机锦标赛的举办，为飞行员们提供了一个展示自我、交流技艺的高端平台，通过赛事的示范效应与传播力量，有力地推动了轻型航空运动在全国范围内的普及与发展。

（冯 蕾）

健身瑜伽国家级教练员培训班结业

本报记者 轧学超

2024年健身瑜伽国家级教练员培训班日前在陕西西安举办，来自全国27个省区市的高校教师、瑜伽馆等单位骨干教练员参加。

作为2024年最后一项国家级健身瑜伽活动，体育总局社体中心选派了全国健身瑜伽指导委员会副主任林琳、冯云，标准与培训委员会主任王静宜，竞赛与裁判委员会主任李婧宁，以及运动康复学专家王刚教授与运动生理与营养学专家潘伟敏教授组成培训讲师团队，为学员提供了全面精细的课程体系。课程内容涵盖了职业道德规范、套路编排创新、心理学教学、解剖学安全、康复学服务及生理与营养学训练指导等多个方面。

本次培训班通过多元教学模式，确保学员能够系统掌握知识技能，提升学员的专业素养与业务能力，为健身瑜伽运动的规范化、专业化、科学化发展注入新活力。

为满足项目发展需要，不断完善制度体系建设，在培训班期间主办方还组织专家召开了健身瑜伽相关制度文件审定会，就健身瑜伽段位制，裁判员、教练员等管理办法的相应条款进行了研讨和修订，细化了段位考核的标准，审定了裁判员选派管理办法。此外，

培训导师与参训学员共同研讨、碰撞思想、凝聚合力，为健身瑜伽事业发展蓄势赋能。

今年体育总局社体中心进行部门职能调整，成立运动项目三部牵头健身瑜伽项目管理工作。部门深入基层开展调研，倾听基层健身瑜伽协会、健身瑜伽从业者心声，通过逐步捋顺项目发展现状，摸索健身瑜伽发展新思路。

据介绍，2025年，体育总局社体中心将不断优化赛事活动体系，以国家级赛事及培训活动为切入点和载体，实现健身瑜伽运动员、裁判员、教练员等专业队伍的数量和质量提升，健身瑜伽人口基础显著增加。同时，体育总局社体中心与海澜集团积极响应“体育赛事进景区、进街区、进商圈”号召，达成战略合作，双方拟在无锡江阴“飞马水城”共同举办2025年全国健身瑜伽锦标赛、中国健身瑜伽大会等体育狂欢盛宴，让健身瑜伽在体育与文旅融合发展进程中绽放耀眼光芒。

本次培训班由国家体育总局社会体育指导中心主办，全国健身瑜伽指导委员会等单位承办，陕西省健身瑜伽协会、青海省瑜伽运动协会协办。



2024年全国轻型飞机锦标赛落幕

本报讯 12月24日，2024年全国轻型飞机锦标赛在广东清远翔鹏旅游度假区（大洲营地）落幕。

此次比赛涵盖精准领航、精准着陆2个极具挑战性的项目，全方位考验着飞行员们的飞行技术、心理素质、应变能力及团队协作精神。来自全国的31支代表队近百名优秀

运动员及机务人员经过3天的精彩比拼，最终，秦皇岛福瑶航空服务有限公司一队的机长钱学斌、领航员胡少康凭借完美的发挥荣膺冠军，由机长杜鹏、领航员董璐领衔的北京白鹭星航航空有限公司与由机长孙源烽、领航员王阔翰领衔的秦皇岛福瑶航空服务有限公司二队分别斩获亚军和季军，他们的奋力