

看完石窟来滑雪

洛阳冰雪活动热力十足

本报记者 刘昕彤

近日来,河南省洛阳市洛龙区伊龙国际滑雪场内银装素裹、人声鼎沸,速滑比赛、冰雪趣味运动会、冰雪创意打卡、亲子戏雪乐园……这个和龙门石窟临近的滑雪场提供了内容丰富的冰雪嘉年华活动,人们看完石窟就到这里享受冰雪运动的乐趣。这是第十一届全国大众冰雪季暨第九届河南省大众冰雪系列活动冰雪嘉年华洛阳站系列活动洛龙站的热闹场景。这个大众冰雪季,洛阳市体育局在洛龙区、涧西区、宜阳县、嵩县、栾川县都开展了一系列丰富多彩的冰雪活动,为打造冰雪旅游品牌、促进文旅产业的融合发展注入新的活力,推动洛阳冰雪运动普及与产业发展。

“昨天去看过龙门石窟之后,我们选择在这里住了一晚,今天一早就来滑雪,这里配套设施很全、很方便。滑雪场内设备标准也很高,大众冰雪季还多了很多好玩的活动,孩子到这里后都不想走,还想再玩一天。”伊龙国际滑雪场为来自上海的游客胡阳和家人带来活力满满的冰雪体验。

在滑雪场的速滑比赛区域,各位高手身姿矫健,在冰面上风驰电掣,展现出了高超的速滑技巧和顽强的拼搏精神。冰雪趣味运动会更是热闹非凡,趣味滑雪障碍赛、雪地跳大绳、雪地拔河等项目应有尽有,让参与者在欢声笑语中充分感受到冰雪运动的乐趣。冰雪创意打卡园设置了冰雪文化打卡地、雪人雕塑群、青年冰雪烟花秀等独具创意的打卡点吸引了众多游客驻足拍照,记录下这美好的冰雪时光。亲子戏雪乐园更是成为家庭游客的欢乐天堂,家长和孩子们一起堆雪人、打雪仗、坐雪橇,享受着温馨而难忘的亲子时光。

在洛阳嵩县站的嘉年华活动上,大家不仅能

欣赏到滑雪表演,还能参与冰雪长廊、梦幻雪木屋、戏雪园、锣鼓表演、旗袍模特表演、光头强木偶剧、免费滑雪教学以及滑雪运动等充满乐趣的冰雪活动。嘉年华活动丰富了洛阳市民和游客的冬季体育生活,提高了大众对冰雪运动的兴趣和参与度,让更多的人,尤其是青少年能和冰雪交朋友,播撒下冰雪运动的种子,尽情享受冰雪乐趣。

洛阳万人上冰雪宜阳站的启动仪式在洛水昌谷冰雪乐园举行,预约领票成功的市民游客可以免费到冰雪乐园体验冰雪运动,在寒冷的冬日里掀起了一股炽热的运动热潮。“从北京冬奥会后,孩子就对冰雪运动很感兴趣,一直要去滑雪场滑雪,看到有免费领票的活动,我就提前预约了。这次孩子玩得很尽兴,也很长知识,以后会带他经常过来。”市民吴峰说。活动现场,天空中飘落的雪花越来越大,在冷冽的寒风中群众们的热情丝毫不减,有的人手持箭矢,专注投壶;有的人手持彩色套圈,瞄准摆放在雪地上的奖品;有的人乘坐五颜六色的雪圈从起点顺驰而下,欢声笑语在滑道上回荡开来……

在栾川伏牛山滑雪度假乐园,这里则上演了河南省大众滑雪公开赛,让大家感受到了冰雪竞技的热血沸腾。近百位经验丰富的参赛选手突破极限,挑战自我,在雪场上精神抖擞、热情澎湃,如离弦的箭一般,从坡顶急速滑下,在旗门之间穿梭。通过回转、急停、平衡等技巧,上演一幕幕雪上漂移,激起雪浪,精彩夺目。比赛为期3天,设双板回转男、女子组,单板回转男、女子精英组,单板回转男、女子专业组共3个比赛项目,让这里成为高水平竞技的集中展示地。

盘活体育资源 公共服务惠民

多地学校体育场地寒假期间向社会开放

张博宸

“我在孩子的带动下开始滑冰后,以前要去较远的冰场,如今步行就能到学校和孩子一起在冰上运动,真是方便多了。”家住乌鲁木齐市第83中学附近的谢广娟说。作为冰雪特色校,在乌鲁木齐市第83中学的冰场上,40多名家长、学生尽情享受着冰雪乐趣。

今年起,乌鲁木齐高新技术产业开发区(新市区)33所中小学运动场地会在双休日与寒暑假向周边居民免费开放,各校将根据实际情况按照“一校一策”制定各具特色的开放方案。乌鲁木齐市第83中学副校长姚一凡说:“寒假期间开放时段是每天10时至12时、16时至18时,开学后开放时间为每周六11时至13时、15时至18时。学校会定期维护冰场保障大家使用,后续也会成立教师志愿服务队方便市民进入校园运动、健身。”

2017年,教育部、国家体育总局就联合印发了《关于推进学校体育场馆向社会开放的实施意见》,鼓励学校免费或低收费对社会开放,鼓励社会力量积极参与学校体育场馆开放。今年寒假,全国多地大中小学开放学校体育场地,进一步盘活校园体育资源,满足群众的运动健康需求。

预约的人就很多,老人来散步、年轻人来跑步或打球。寒假第一天开放预约,早上8时20分就有一个人进去跑步了。学校开放时间一般是上午8时至12时、下午2时至6时。”

线上预约,线下刷脸,方便市民就近锻炼。自2024年暑假昆明市试点开放学校体育场馆,预约平台的实名注册用户已达9460人,预约12851人次,实际运动7563人次。得知学校体育场馆在寒假依然对外开放后,住在附近且在去年暑假每天都进入学校运动的王女士又进行了预约,在操场边,跑完步正在休息的王女士说:“出家门就到了,真是方便。这里比较安静,场地也比较大,还有塑胶跑道,适合带孩子打球或者跑步,有时还会约着其他小朋友一起来运动。”

在更好满足群众运动健康需求的同时,场地开放也对校方的体育管理能力、设施保障工作提出了更高要求。乌鲁木齐市市民郭雪莲介绍,孩子滑冰时家长可在暖房取暖等待,学校提供直饮水、热水,卫生间也对外开放。乌鲁木齐高新区教育研究室主任王振华说:“高新区将继续以‘有条件开放,限时限流管理’为原则,在保障学校正常教育教学和训练竞赛活动的前提下,有序向社会开放更多符合条件的室外操场、球场、田径跑道、健身器材等,同时加强宣传推广,进一步提高校园体育资源的利用率。”

在太极传承路上不断前行

本报记者 冯 蕾

在江苏省扬中市八桥镇,有这样一位年过花甲的太极爱好者,他就是八桥镇太极拳协会教练、八桥村太极拳队队长殷祖平。他每日坚持打太极拳,凭着对太极拳的深厚热爱,一直在学习、推广太极拳的道路上不断前行。

殷祖平与太极拳的缘分已有40余年。那时,他顶替父亲在苏州吴县水泵厂工作,有幸遇到了来自上海的退休技术老师——朱师傅。朱师傅每天早晚都会打太极拳健身,他的一招一式都显得那么从容不迫、行云流水,这深深地吸引了殷祖平。于是,他怀着满腔热情,恳求朱师傅收他为徒。朱师傅被他的求学精神所打动,便耐心地从拳、掌、勾、步等基本功要领

开始,传授太极拳给他。

殷祖平也没有辜负师傅的期望,他坚持不懈地每天早晚练习,很快就掌握了杨氏传统85式太极拳。然而,当他1985年底调回扬中时,却发现这里鲜有人知道这项运动。尽管有些无奈,但他并没有放弃对太极拳的热爱,闲暇时自己在家练几招过过瘾。

随着扬中全民健身运动的开展,越来越多的农村人开始了解并喜爱上太极拳。这时,殷祖平加入镇太极拳队,并开始学练竞赛套路和简单器械。他先后学会了24式、42式、48式太极拳以及太极剑、太极刀、太极扇等套路,并在2023年扬州宝应“荷花杯”武术精英邀请赛荣获42式太极拳一等奖,2024年第四届江苏省健身气功八段锦网络公开赛获得一等奖……这些荣誉不仅是对他个人努力的肯定,也是对他传

承太极拳文化的认可。

除了自己坚持锻炼外,殷祖平还非常乐于带动中老年健身爱好者学练太极拳。他经常说:“只要有人想学太极拳,我都乐意免费教。”因此,当八桥镇成立太极拳队时,他应邀担任了教练,后来又担任了八桥村太极拳队队长。

对于老年拳友,殷祖平更是富有爱心与耐心。他循循善诱,手把手地教他们每一个动作,一遍又一遍地示范。他还经常和其他教练展开互动,就练习过程中遇到的问题互相探讨,虚心学习别人的长处,共同提升太极拳(剑)技能。

殷祖平表示,今后会一如继往地参与协会、村和社区开展的各项太极拳推广宣传和展演活动。他希望通过自己的努力,为传承太极、推动全民健身贡献力量。

健身快车

厦门万名老年人新春健步行启动

本报讯 由厦门市体育局、厦门市卫健委、厦门市老年人体育协会、翔安区政府主办的“健步向春天,携手共梦圆”2025年厦门市万名老年人新春健步行启动仪式日前在翔安区获花洲公园举行。

启动仪式后,老年健步行队伍从会场出发,沿着公园彩虹步道健步行走,全程近2公里,大家精神抖擞,一路欢声笑语。接下来,各区、市直机关和行业系统、驻厦高校等单位老体协将按计划组织所属单位,按照就地、就近和就便的要求组织开展新春健步行活动。同时,健步行活动将向下延伸到街道、社区和基层单位,总规模达2万多人。

据介绍,厦门市万名老年人新春健步行是在省老体协和市委、市政府的重视和关怀下,坚持多年的一项老年人体育健身品牌,得到社会各

界的广泛赞誉。每年元宵节前后,都要组织全市性的老年人新春健步行活动。

据统计,每年大约有2万多名老年人参与这项活动。以健步行的方式迎接新春,既丰富和活跃了广大老年朋友的体育健身需求,也对积极倡导健康文明的绿色健身,推动厦门市老年体育和全民健身活动的蓬勃开展发挥了积极作用。

厦门市老体协主席刘绍清表示,未来,协会将以创建“老年人健身康乐家园”为抓手,充分发挥老体协组织的优势和桥梁纽带作用,与时俱进、开拓创新、脚踏实地、埋头苦干,积极推进老年人健身活动的常态化、普及化和品牌化,以新时代、新成果、新辉煌谱写厦门市老年体育事业新篇章,为美丽厦门增光,为健康厦门添彩。

(冯 蕾)

杭州滨江举办健身气功大展演

本报讯 浙江省杭州市滨江区“瑞蛇迎春”健身气功大展演日前在杭州奥体中心举行,800余名健身气功爱好者参与活动。

功夫扇、气舞、八段锦、八法五步、六字诀等展演依次登场。功夫扇气势磅礴,动作刚劲有力,扇子开合间虎虎生风;气舞表演融合舞蹈的柔美与气功的韵味,灵动飘逸;在悠扬的音乐中,八段锦展示动作整齐划一,一招一

式尽显魅力;新编的太极《我的祖国》将现场气氛推向高潮。

比赛现场保障工作到位,各环节有条不紊,活动结束后,工作人员给全体运动员送上红糖姜茶,驱寒暖身。

杭州市老年人体育协会相关负责人表示,本次活动是老体协今年首场大型展示活动,旨在传承和弘扬中华优秀传统文化,倡导健康生活方式,为滨江新春增添活力与色彩。

(冯 蕾)



受访者供图