

驻华外交官太极拳沙龙在京举行 习练者感慨——

“太极拳让我领悟东方智慧”

本报记者 卢 菁

在青砖黛瓦的传统院落里，来自四十多个国家和地区的驻华外交官、国际组织代表、在华留学生等百余名中外嘉宾齐聚一堂，共同体验太极拳魅力，感受中华传统文化的深厚底蕴，为初夏的北京增添了一抹独特韵味。日前，为推广中国传统文化，促进世界文明交流互鉴，增进全人类健康福祉，驻华外交官太极拳沙龙在北京朝阳公园郡王府举行。

本次活动由外交学院、国家体育总局武术运动管理中心、《亚太日报》、北京市朝阳区人民政府外事办公室主办，外交学院基础教学部、体育对外交流研究中心承办。

外交学院党委书记王世廷表示，太极拳作为人类非物质文化遗产，是世界各国了解中国文化，促进不同国家和地区人民之间相互了解的桥梁和纽带。“我们高兴地看到，世界各地的太极拳爱好者活跃在社区、公园、体育场馆等地，太极拳广受世界各地人民的推崇和喜爱。这反映出太极拳顺应了人类向往和平、正义与和谐的美好诉求。”

国家体育总局武术运动管理中心主任、国际武联秘书长张玉萍表示，太极拳作为全人类共享的非物质文化遗产，强调“心静体松、内外兼修”，既能强

身健体，又能修身养性。她介绍，国际武联和中国武协正在积极推广太极拳，让世界人民共享太极拳所带来的健康与快乐，期待携手推广武术文化，实现“以武会友、美美与共”的愿景。

活动中，巴基斯坦驻华大使卡里尔·哈米米分享了自己的习练经验，称太极拳看似简单，实则非常具有挑战性，需要深刻的内在专注、自律和沉着。他说：“这样的沙龙活动，不仅能让我们欣赏中国的非物质文化遗产，还能让我们与之直接接触，并从中学习、反思和成长。”

当天的太极拳沙龙还安排了主旨演讲和表演环节。主旨演讲由外交学院体育对外交流研究中心主任、教授周庆杰担任主讲人。他介绍了太极拳的历史和流派，并详细讲解了学习太极拳的各种注意事项。表演环节中，太极拳世界冠军吕泰东、杨瑾带来精彩的太极拳展示。来自巴基斯坦使馆国际学校、外交部幼儿园、北京什刹海体育运动学校、北京市双榆树第一小学、北京语言大学、首都体育学院的表现者也带来了精彩演出。

随后，中外嘉宾来到户外，学练太极拳。来自各地的太极拳爱好者齐聚一堂，认真研习，收获颇丰。来自北京大学的留学生表示，在中国留学期间，体验中国武术是一项非常特别的收获，打破了他们对中国武术的

刻板印象。他们认为，太极拳不仅动作优雅、充满趣味，更能强身健体，是了解中国文化的绝佳方式。

习练者玛丽说，这是她第二次沉浸式感受太极拳的魅力。在她看来，太极拳不仅是肢体运动，更是一种流动的哲学——每一个招式都蕴含着天人合一的东方智慧。“在这个追求即时满足的快节奏时代，太极拳的‘慢’恰恰是我们最需要的珍贵品质。这种慢不是迟钝，而是让我们重新与自然对话，在动静之间获得对世界、对生命更深刻的体悟。”

来自危地马拉的阿道夫·马丁内斯居住在外交公寓。他告诉记者，太极拳作为最具代表性的中国文化体验项目之一，早已被列入公寓新入住者的推荐清单。他说：“这种古老的东方哲学不仅能指导我们的日常行为，更能帮助我们实现自我提升——通过调节内在能量，达到身心和谐的状态。”

外国记者罗西奥·马丁斯坦言，在亲身体验太极拳之前，她曾误认为这只是专属于中老年人的健身活动。然而通过深入学习与实践，她惊喜地发现，太极拳远不止是一项运动，它蕴含着可以指导日常生活的深刻智慧，是一种完整的生活哲学体系。更令她感到意外的是，这项看似柔和的运动不仅能够强身健体、调节心理状态，还包含着实用的自卫防身技巧，展现出刚柔并济的独特魅力。



广州天河体育中心助力青少年运动会顺利举办

黄心豪 王侃

由广州市体育局、广州市教育局联合主办的广州市第十九届青少年运动会4月至7月举行。本届运动会以“激扬青春·喜迎全运”为主题，设置41个大项1069个小项，为全市青少年搭建了展示体育风采的优质平台，充分展现新时代广州青少年体育事业蓬勃发展的良好态势。其中，马术比赛日前在广州泰骏国际马术中心完赛。至此，天河体育中心作为本届青少年运动会重要承办单位之一，顺利完成所负责的9项赛事的承办、协办及场地保障工作。

天河体育中心承办本届比赛棒球、垒球、马术三项等赛事，以专业、严谨、细致的态度，全力以赴做好赛事筹备、景观布置、设施设备、应急预案等各项工作。

天河体育中心协办本届比赛的花样游泳、网球、手球、曲棍球等四项赛事，与多个单位紧密协同，共同做好竞赛

(上接第一版)

总局湛江潜校在6月10日前后向当地市民免费开放运动场馆，开设滑冰公开课、残疾人潜水公开课等多项特色活动，推动竞技体育成果全民共享，引导广大市民树立健康生活理念，形成全社会参与全民健身的良好氛围，为建设体育强国和健康中国贡献力量。

在体育总局帮扶县山西代县，重点开展2025年全国健身气功百城千村交流展示活动，吸引了全县9个乡镇的23个农村(社区)站点近200名健身气功爱好者参与。以实际行动践行体育助力乡村振兴，健康赋能经济社会发展。

赛事活动精彩纷呈

6月10日前后，多项全运会群众赛事活动也在火热进行，进一步凸显“全民全运、全运惠民”理念。

时隔8年重返全运会赛场的航空模型比赛日前在四川省北川羌族自治县进行了预赛阶段比赛，参赛运动员通过

组织、办赛指导、后勤服务等工作。

田径、游泳两项比赛分别在天河体育中心体育场、游泳馆举办。作为场地方，天河体育中心积极配合赛事竞赛委会，做好场地布置、设备维护、卫生保洁等工作。

据了解，天河体育中心管理培养的7支市属运动队，共有246名队员代表越秀、海珠、荔湾、天河等11个行政区出战本届运动会，参加花样游泳、网球、手球、曲棍球、棒球、垒球、马术等七项比赛，取得了40金36银21铜的优异成绩。

天河体育中心相关负责人表示，作为全市第二大体育训练基地，天河体育中心以此次运动会为契机，积极联合相关学校及社会力量，推动体教融合。未来将持之以恒做好市属花样游泳、网球、曲棍球、棒球、垒球、手球、马术等7支运动队的管理培养、训练备战、向上输送工作，力争在广东省各项目锦标赛中再创辉煌，助力广州市青少年体育事业蓬勃发展。

精湛技艺展示出“科技+体育”的独特魅力。赛事共设置遥控手抛滑翔机团体赛、汽油机模型绕标飞机个人赛、室内橡筋动力滑翔机与室内遥控空战团体赛、无人机竞速个人赛、无人机竞速团体赛、无人机足球团体赛等六大类，多支队伍如愿获得决赛阶段门票。

足球项目七人制女子组和七人制女子老将组决赛则在珠海赛区完赛。在七人制女子组比赛中，四川队排名第一，七人制女子老将组较量，笑傲群芳的是河南队。值得一提的是，为了营造良好的比赛氛围，承办比赛的索卡足球训练基地将部分比赛免费向市民开放，大量热情的球迷涌入基地为支持的球队助威。

门球项目(团体)预赛在福州举行，来自全国22个省区市的近200名领队、运动员、教练员齐聚一堂。本次比赛既有70岁的老将，也不乏19岁的新人，真正彰显了门球项目全年龄段参与的特色。为办好本次比赛，组委会专门召开会议，就赛事安全、赛风赛纪等进行强调，确保了比赛安全顺利举行。

万人柔力球齐舞荆楚

本报讯 近日，万人柔力球展演活动在荆楚大地同步上演。湖北省17个市州及神农架林区的44个县市区联动，逾万名健身爱好者以整齐划一的动作，共同演绎了这项富有特色的全民健身活动，以此纪念毛泽东同志“发展体育运动，增强人民体质”题词73周年。

本次活动采取“主会场+分会场”联动模式，主会场设在湖北省体育局新华路体育中心，同时在全省16个市州及神农架林区的44个县市区设立分会场，实现了同一时间、不同地域、多维视角的万人同舞画面。

在主会场湖北省体育局新华路体育中心，1500名表演者率先舞动。他们身着统一服装，动作刚柔并济，将柔力球“迎、引、抛”的技术特点展现得淋漓尽致。半小时后，另一支900人方阵接续表演，共同构成主会场2400人的共舞场面。

与此同时，全省各分会场活动同步展开。从鄂西山区到江汉平原，从鄂东门户到鄂北岗地，8000余名柔力球爱好者在各地广场、体育公园、健身场馆共同挥拍。彩球翻腾飞舞之间，一幅幅全

民健身的壮美画卷在荆楚大地徐徐展开。

柔力球运动在湖北省有着深厚的群众基础。这项融合了太极元素的传统健身运动，因其动作优美、强度适中，深受中老年群体喜爱。本次活动特别选用了具有湖北特色的自编套路，既展现了地域文化特色，又推动了项目创新发展。

全国最美社会体育指导员、湖北省柔力球运动协会副会长陈东介绍，省柔力球协会通过联动地方协会，自去年11月起创编了《共筑中国梦》套路展演，期间经过三次修改完善，同时，为确保活动顺利开展，湖北省柔力球协会还联动襄阳、老河口、麻城等地进行了预演。

湖北省社体中心负责人表示，接下来，将继续加快完善全民健身公共服务体系，大力扶持基层体育组织，推广更多像柔力球这样富有特色、群众喜爱的健身项目，进一步唱响“普及全民健身，缔造幸福生活”主题，为奋力谱写中国式现代化湖北篇章注入体育动能。(邹丽)

全民健身运动会健身秧歌德阳开赛

本报讯 6月8日，“运动成都”第十二届全民健身运动会健身秧歌比赛(德阳站)在四川省德阳市旌阳区开赛。本次赛事由成都市第十二届全民健身运动会组委会、德阳市体育局联合主办，以健身秧歌为媒，奏响成德两地体育协同发展的欢乐乐章。赛事共吸引来自成都、德阳的10支队伍近两百名运动员同台竞技，共舞全民健身热潮。

比赛中，运动员们身着色彩斑斓的传统服饰，踩着欢快鼓点，以灵动的舞步、翻飞的彩扇，将传统秧歌的韵味与现代健身理念完美融合，演绎出新时代群众积极向上的精神风貌。精彩的表演引得现场观众掌声不断，不少观众被热烈氛围感染，自发跟随节奏舞动起来。“和成都的团队交流后，我们学到了很多新颖的设计思路，对提升队伍水平很有帮

助。”德阳参赛队队长李女士表示。

今年8月，成都世运会将举行，为营造热烈的迎世运氛围，本次赛事现场特别设置“世运体验专区”，通过图文展示、现场讲解等形式，向市民普及世运会项目知识，让“人人知世运”的理念深入人心。从赛事联动到资源共享，从文化交流到理念共融，这场健身秧歌比赛不仅是两地体育交流的生动缩影，更是成德都市圈全民健身事业融合发展的重要实践。

赛事相关负责人表示：“以体育赛事为小切口，我们正逐步构建起区域协同发展的大格局。未来将继续深化合作，为构建更高水平的全民健身公共服务体系探索更多可能。”随着成德两地以体育为纽带的合作不断深化，全民健身热潮必将成为推动都市圈高质量发展的强劲动力。(李博)

高尔夫中国女子传承赛创新赛制 打造全新IP

本报记者 李博

日前，2025中国女子传承赛在保利成都高尔夫球会收官，来自天津的16岁姑娘安梓宁仅第三次参加女子中巡，就取得第一场职业赛事胜利。中国女子传承赛举办的目的是“大手牵小手”，意为职业大姐姐带领业余小妹妹向前冲。从保利成都高尔夫球会三天的战果来看，业余选手迅速成长，在前五位中占据四席，取得了让人欣喜的成绩。

时隔15年，女子中巡赛再次来到成都，全新赛制、全新IP，让这项赛事焕发新的魅力。

本次赛事由中国高尔夫球协会主办，四川省体育局支持，四川体育职业学院、中女职业高尔夫赛事(北京)有限公司共同承办。赛事共104人参赛，分为个人赛和团体赛两部分，个人赛为54洞比杆赛，与平常的女子中巡赛事相同，只是36洞之后不设置淘汰线；团体赛4人一组，共26组，其中3人为女子中巡球员，1人为青少年业余球员。团体比赛每一轮结束之后都会决出冠军、亚军队伍，并重新改变团队构成。第一轮的种子序列按照女子中巡资格排序决定，第二轮和第三轮的种子序列分别按照18洞杆数和36洞杆数确定。本届赛事冠军安

梓宁三轮成绩为201杆(67-69-65)，低于标准杆15杆。“这是我迄今为止最大的成就，我对自己的表现感到自豪，终于做到了！”安梓宁说，“这些年我做了很多努力，终于有了回报。”

四川省体育局相关负责人表示，“本次赛事以‘传承’为名，落地天府之国，既是对体育精神的深情致敬，更将以高尔夫球为纽带，深化川渝地区文体旅协同发展，展现中华体育文化的时代传承。”中国高尔夫球协会女子职业赛事部相关负责人表示：“传承是本次赛事的核心精神所在，如何将这份无价的经验薪火相传，正是我们倾力打造此项赛事的初心与使命——大手紧握小手，携手并肩前行。”

近年来，四川依托群众体育意识的提升与场地设施的完善，持续推动高尔夫运动发展，既有高水平赛事吸引全国顶尖选手竞技，也有基层推广活动让更多人触摸这项运动的魅力。中国高尔夫球协会女子职业赛事部相关负责人表示，“我们衷心希望，这项赛事能够激发更多四川姑娘的斗志，追随杨红梅、杨涛丽等前辈的光辉足迹，从西南这片热土迈向全国，最终在世界舞台上绽放出中国高尔夫球的绚丽光彩。”

公益体彩助乡村少年圆梦

李小丹

“一为哥，博物馆是什么样子的？”

“书中说城市里有个会飞的青铜凤凰，是真的吗？”

在山西晋中太谷区任村乡的田埂上，孩子们的问题像一颗颗石子投入牛一为的心湖。作为从任村乡走出去的青年，他深知乡村孩子最匮乏的不是书本，而是了解外面世界的机会。牛一为的梦想逐渐清晰，他想带孩子们去亲手触摸青铜器的纹路，听文物讲述历史故事。

日前，在山西体彩的支持下，“青春同行 公益筑梦”项目帮助牛一为实现了这个梦想。70余名来自晋中太谷区任村乡河东村希望小学的孩子登上大巴，前往山西省博物院与晋祠博物馆。这场与历史对话的研学之旅，照亮了孩子们的未来。

在山西省博物院，孩子们踮脚仰望青铜鸟尊，争论着它是否就是传说中的“会飞的凤凰”。“你看，这上面的纹饰和我奶奶绣的虎头鞋上面的花纹一样。”青铜器纹饰解读和古建筑榫卯体验等互动环节，将历史知识和概念化作指尖的温度，流传千年的文脉在孩子们心中变得更加清晰生动。

在晋祠博物馆，12岁的范钰坤将小手贴在周柏龟裂的树皮上，问牛一为：“哥哥，这棵树看过唐朝的月亮吗？”孩子闪亮的大眼睛仿佛读懂了古诗中的那句“今人不见古时月，今月曾经照古人”。

返程路上，扎着羊角辫的女孩赵佳怡将一枚陶片捧到牛一为面前说，她现在懂了，这些物品也都在传递信息，就好像祖先在和我们说着悄悄话。

翻开孩子们的研学笔记，稚嫩的字迹，一笔一画勾勒着梦想的模样。

“我要把老房子画进博物馆。”

“我要修一条从博物馆到村里的路。”

“长大我要成为一名考古学家。”

这些被体彩公益金浇灌的梦想，正在三晋大地上拔节生长。当乡村少年用画笔记录下圣母殿的飞檐，当他们在研学报告中写下“守护文化遗产”的誓言，人们看见的不仅是文化的传承，更是公益的力量。正如微电影《走出山 遇见光》中那句台词：“我们种下的不仅是文化自信的种子，更是乡村振兴的希望。”

晋祠的周柏依旧参天而立，博物院的青铜器依然沉默不语，而现在它们见证着最动人的相遇——千年文明遇见青春活力，公益初心遇见赤子情怀，那些被浸润的梦想终将在三晋大地绽放出绚烂的花朵。