

深圳市运动和康复实训基地火了——

# 体卫融合助市民摆脱亚健康



本报记者 黄心豪

深圳市运动和康复实训基地最近火了，他们通过多种方式帮助市民摆脱亚健康状态，牢牢抓住了大家的心。

这个集教学、实训、推广为一体的基本以体卫融合发展为核心，推动从“以治疗为中心”向“以健康为中心”的主动健康管理模式转变，致力于为深圳市民提供全方位的科学运动健康管理服务。目前，团队已

累计服务市民600余人，为市民改善亚健康状况、拥抱健康生活提供帮助。

据了解，该项目由广州香港马会赛马训练有限公司出资、深圳市城市体育发展基金会公益支持，在深圳市文化广电旅游体育局的指导和深圳市罗湖区文化广电旅游体育局的支持下，由深圳市社会体育指导员协会执行。

项目旨在深入贯彻落实《“健康中国2030”规划纲要》，基地汇聚了一批体育界、医学界及康复领域实践经验丰富的专家，包括运动人体科学博士张延杰、深圳市第二人民医院医学硕士宋成俊、国家级社会体育指导员专家吴森瑶、国家非遗正骨传承人刘国平、中国体育科学学会运动处方师周圣洪等。

项目相关负责人介绍，深圳市运动和康复实训基地去年年初开始筹划，“深圳拥有大量社会体育指导员，而市社会体育指导员协会每年都会组织针对市民身体健康的惠民活动。在组织大量的活动过程中，我们发现市民的需求不仅仅是检测，他们更希望得到指导，帮助他们在繁忙的工作生活中保持健康。”

据了解，不少20岁至69岁的市民存在亚健康问题，其中39岁至59岁年龄段问题更为突出。“他们工作、生活压力大，饮食不规律，运动时间少。我们在筹备基地的时候，就针对如何帮助他们解决这些问题进行了深入研究。”该负责人介绍。

深圳市运动和康复实训基地将目光聚焦于体重管理、血糖管控、慢病阻断、脊柱养护、强健心肺、心

理舒缓等六大方向，为前来体验的市民提供体质检测、运动指导、健康科普等方面的意见。

为了更好地为市民服务，基地配备了高端评估训练和康复训练设备，确保体质评估的精准性和运动指导的科学性。经过系统培训，30余名运动指导师已全面掌握多领域的理论知识与实操技能，为后续服务的顺利开展奠定了坚实基础。

同时，为让更多市民了解并参与科学运动健康管理，基地积极开展项目宣传推广活动。一方面，通过多渠道宣传，广泛邀请市民走进基地，亲身体验专业的体质评估、专家诊断和个性化运动指导服务；另一方面，基地组织专业团队深入各企业、广场、社区等，开展形式多样的宣传推广活动，邀请市民前往基地体验服务。

面向来访市民，基地提供一系列贴心且专业的服务：通过科学的体质评估设备，为市民精准评估身体各项指标；邀请业内资深专家进行面对面诊断，为市民解答健康疑问；根据市民的体质情况，量身定制个性化运动方案，帮助市民科学锻炼，提升身体素质。基地自开放以来得到了大量正向反馈，大家都称赞基地“很给力”。

项目相关负责人表示，通过高端设备的支持和积极的宣传推广，基地的服务质量和影响力得到了显著提升，接下来将继续优化服务流程，为市民提供更优质的运动和康复指导。不过，该负责人也强调，基地只能为市民提供体质检测、运动指导、健康科普等，若涉及医疗程度的症状，还需要前往正规医院就诊。

## 西北五省区青少年演武大会甘肃举办

**本报讯** 日前，第七届“甘小侠”西北五省区青少年演武大会在甘肃省平凉市崆峒山举行。来自陕西、甘肃、宁夏、青海、新疆、四川六省区的1208名青少年选手参赛，总参与规模超5000人。

本届大会以“传承武术文化，弘扬尚武精神”为宗旨，设置传统武术套路、器械等竞赛项目。同时，创新设立“优苗组”选拔机制，从甘肃本土选手中选拔潜力新星纳入甘肃省武术后备人才优苗库。

赛事期间，产生优苗组奖牌320枚，普通组金牌250枚、银牌330枚、铜牌410枚。比赛呈现出技术水准提升、地域特色凸显、新锐力量崛起等特点，获得男子组拳术、棍术双金。

组委会在赛事组织、后勤保障、安全办赛等方面周密部署，卫健、公安、文旅等12个部门联防保障，100余名工作人员全程服务，赛事保障满意度达98.7%。

据统计，大会全网话题阅读量破2.1亿，赛事期间平凉酒店入住率达96%，文旅综合收入3800万元。  
**(刘春旭)**

## 内蒙古加强优秀运动员聘用管理

**本报讯** 日前，内蒙古自治区体育局会同内蒙古自治区党委编办、教育厅、公安厅、财政厅、人社厅联合印发《内蒙古自治区运动员聘用实施办法》(以下简称《实施办法》)，进一步保障运动员合法权益，促进提高运动员人事管理工作科学化、制度化、法制化水平。

《实施办法》提出，在办理优秀运动员聘用手续前，每年可组织一定规模人员进行试训。试训运动员在试训期内享受国家规定的试训体育津贴，达到领取成绩津贴条件的，可领取相应的成绩津贴。优秀运动员招聘在运动员编制内进行。内蒙古自治区体育局根据实际情况制定优秀运动员聘用标准，招聘可采用专业测试或直接考核的方式。原则上每年3月集中进行一次。

**(黄璐超)**

## 萨马兰奇杯全国气排球超级精英赛落户宜宾

**本报讯** 7月27日，四川宜宾·2025萨马兰奇杯全国气排球超级精英赛签约仪式及赛事信息发布在宜宾市商务中心举行。据了解，萨马兰奇杯气排球赛事由萨马兰奇体育发展基金会于2021年发起，经过近5年的发展，目前已成为全国人气较高、影响力较大、具有鲜明特色的群众赛事IP。

本次赛事将于年底在四川宜宾开赛，是2025萨马兰奇杯全国气排球超级精英赛的年度总决赛。赛事由宜宾市人民政府、萨马兰奇体育发展基金会主办，宜宾市教育和体育局、宜宾市文旅会展集团、宜宾市翠屏区人民政府联合承办。参赛队伍由分站赛晋级代表队及特邀球队组成，将有来自全国30个省区市的近150支队伍参赛。比赛首次设置精英组和公益组，充分满足不同水平运动员的参赛需求。

宜宾是国家历史文化名城、全国文明城市、国家卫生城市、中国优秀旅游城市。萨马兰奇杯气排球赛是规格高、辐射广、影响大的全国性赛事。赛事首度落户宜宾，开创了川南承办全国性气排球赛事的先河，成为宜宾“体育+”融合发展的里程碑。据悉，本次赛事配套活动有不少亮点：除延续备受瞩目的“五

分夺冠挑

战赛”外，奥运藏品展、奥林匹克大讲堂、萨马兰奇公益时间等活动将同期举办，并将邀请排球名宿论道气排球。值得一提的是，本届赛事增设“古街公益积分挑战”环节，以赛事为纽带，参赛队员可沉浸式体验宜宾特有的美食美景、非遗文化及风土人情，让气排球运动成为解读宜宾的新视角。

将在宜宾举行的萨马兰奇杯全国气排球超级精英赛，不仅是一场全国气排球精英的较量，更是展示宜宾城市风貌、促进全民健身的重要窗口，也是贯彻落实宜宾加快建设“三地三中心”、提升城市文旅能级的重要举措。届时，宜宾将推出一系列配套文旅优惠政策，做到团队优惠、线路优惠、住宿优惠、特产优惠，将推出“夜游三江”“畅游两海”等惊喜礼包，还将围绕“吃喝玩乐”“家国情怀”“生态康养”等主题开发特色旅游路线。从一杯醇香的美酒、一盏清香的盖碗茶，到一竿翠绿的楠竹、一碗地道的宜宾面，宜宾以诚意备好“见面礼”。宜宾盛情邀请全国气排球选手共赴这次盛会，在展现球技的同时，深度体验长江首城的山水美学和烟火气息。

**(李博)**



(资料照片)

## 网球青少年汕头挥拍喜迎十五运

**本报讯** 为迎接第十五届全国运动会，营造全民健身良好氛围，以“潮韵网球风 青春迎全运”为主题的2025年汕头市青少年网球交流赛暨高校大学生网球公开赛日前在汕头市东海岸公园网球场举行。

赛事设高校大学生组及青少年组共8个竞赛项目，吸引了来自广东省内外、港澳地区及外籍运动员等数百名选手报名参赛。选手们以球会友，共同奏响充满活力与拼搏的青春乐章，彰显“青春迎全运”的赛事主题。

作为十五运会的预热活动，本次赛事设置多年龄段竞赛平台，既促进地区青少年体质提升，也为粤东地区

网球运动发展注入了新活力。赛事为青少年网球选手和高校学子提供高水平竞技交流平台，检验训练成果，提升实战能力。汕头作为十五运会的分赛区之一，本次赛事的成功举办，有效激发了广大青少年参与网球运动、关注全运盛会的热情，是汕头积极营造喜迎十五运浓厚氛围、推动青少年体育事业发展的重要举措，同时赛事的举办有利于推动汕头体育文化旅游融合发展。

本次赛事由汕头市户外运动协会主办，汕头市帝沃胜体育文化发展有限公司承办。

**(黄心豪)**

## “奔跑吧·少年”四川青少年街舞联赛收官

**本报讯** “奔跑吧·少年”2025年四川省青少年街舞联赛(总决赛)日前在崇州市举行。来自四川、重庆、贵州等地的100余支队伍齐聚一堂，同台竞技。

齐舞项目的比拼展现了每支队伍独特的风格和创意。最终，星途街舞、壹舞酷街舞、星舞道艺术家、沃特街舞分别荣获大齐舞精英组U18、U13、U10、U7组别冠军。

单人竞技和团队battle环节将比赛推向高潮。参赛选手怀着对街舞的热爱和对胜利的渴望，展开激烈比拼。单人竞技中，选手们用独特的舞步和风格展现实力。他们时而快速旋

转，时而跳跃腾空，每一个动作都充满力量和激情。最终，周泊珏荣获霹雳舞单人U18精英组冠军，利家栋获得freestyle单人U18精英组冠军。

团队battle环节是一大亮点，队伍的默契配合和激烈对抗让观众看得热血沸腾。最后，成都市霹雳舞代表队斩获团队battle冠军。

该项赛事不仅为青少年提供了展示自我的平台，也让更多人感受到了街舞的魅力和力量。

本次比赛由四川省青少年体育联合会主办，崇州市文化体育和旅游局、共青团崇州市委和崇州市街子古镇群康养旅游度假区管委会承办。**(李博)**