

2025中国健身气功科学论坛举行

创新气功文化 保护生命健康

本报记者 顾 宁

日前,2025中国健身气功科学论坛吸引了来自全国各地的专家学者、高校研究生、基层从业者齐聚安徽池州,以“创新气功文化,保护生命健康”为主题,通过学术碰撞与成果分享,为健身气功的科学发展注入智慧动能。

健身气功中心相关负责人表示,每年举办一届科学论坛,主要目的是通过加强学术交流,促进健身气功项目发展。科学研究对推动健身气功事业的发展尤为重要,如何通过健身气功这一独具特色的身心锻炼项目促进健康中国、体育强国和文化强国建设,对广大健身气功科研工作者的来说是一个重要而迫切需要解决的课题。

本届论坛历经全国征文、专家评选等严格程序,共遴选135篇优秀论文,数量与质量较往年均有显著提升。期间,邀请4位行业专家与12名优秀论文作者围绕专家讲座、学术报告、对话交流三大板块,聚焦健身气功促进身心健康、明目功进校园、体教融合促进、健身气功文化创新传承、健身气功公共服务体系构建等领域的热点、难点问题,同与会的上百名学者进行沟通交流。

在交流中,多位专家学者带来精彩分享。哈尔滨体育学院民族传统体育学院院长杨慧馨以《基于筋

膜理论审视健身气功的养生机理》为题,结合现代生理学与传统养生理念,提出“筋膜是身心连接纽带”的观点,并以“不自信低头”这一常见状态举例,长期低头不仅是心理表现,更会导致后背筋膜持续紧张,进而牵拉腰、膝、踝关节筋膜,引发全身劳损,同时低头姿势会限制呼吸深度,无法完成腹式呼吸,形成“心理-筋膜-呼吸”的恶性循环。她指出,健身气功“紧拉松放”的动作设计,能通过筋膜抻拉改善体态,配合呼吸调节情绪,实现“形神共养”。

杨慧馨说:“健身气功的优势在于将传统养生智慧与现代生理科学结合,通过可操作的‘松紧’动作,实现对筋膜系统的精准调理。而科技的作用,是让这种调理更科学、更可控,帮助大众真正‘练到位、见效果’。”

不仅如此,基层实践者与年轻学者带来的研究成果,成为活动的亮点。“当前我国青少年近视防控形势严峻。”日照市体育局副局长葛新带来的区域实践报告,介绍了2024年日照市青少年近视率下降1.44%,高于全省1.03%的平均降幅,这一成果离不开明目功的特色助力。

从2022年东港区实验中学的单一试点,到2024年覆盖180所学校的区域性推广,日照的实践走出了“技术传递+文化浸润”的双路径,不仅组织200余名教师参与专项培训,构建骨干师资队伍,还通过班级趣味竞赛提升学生兴趣。“明目功不仅能改善视力,

更能让孩子了解传统医学与文化。”葛新强调,尽管暂未纳入刚性考核,但“办实事、见实效”的共识,让这一实践成为体教融合的典范。

哈尔滨体育学院体育艺术专业硕士研究生刘雯雯,围绕《现代健身气舞的适老化创编要素研究》进行分享。她聚焦动作编排、音乐设计、空间调度、服装设计四大核心维度,提出健身气舞虽认知度低于八段锦,却精准契合老年人健身+社交+审美的多重需求。“像公园秧歌队、体育交谊舞那样,观赏性动作与集体互动能帮老人提升自信。”结合自身舞蹈专业背景,刘雯雯还带来了跨领域的新发现,“在杨柏龙教授的八段锦课程中,我发现健身气功与舞蹈有共通逻辑——‘用气调动身体形态’,和拉丁舞‘以气带动动作起势’高度一致。”这一启示为初学者提供了新路径:从熟悉的运动或艺术领域切入,挖掘共通性就能降低学习门槛。她的研究参考《四季气韵》《生命》等国家示范性套路,为健身气舞的规范化推广提供了理论支撑。

“学术越研越精、真理愈辩愈明。”正如国家体育总局健身气功管理中心相关负责人表示,本届科学论坛不仅是一次学术盛会,更是健身气功事业以科研谋发展、以人才促创新的生动实践。这场学术交流将为健身气功高质量发展注入新的思路与力量,助力健康中国、体育强国建设迈出更坚实的步伐。

图片报道



骑行爱好者竞速京西妙峰山

本报讯 9月7日,2025北京自行车联赛(门头沟赛段)在妙峰山举行,500余名骑行爱好者齐聚于此,上演了一场融合竞技激情与自然之美的体育盛宴。

本站比赛精心设置男子精英组、男子大师组和女子组三个组别,以妙峰山牌楼为起点,沿妙峰山路串联桃园村、南庄村、樱桃沟村、涧沟村等村落,最终抵达妙峰山景区。全程约20公

里,累计爬升约870米,线路长度和爬升高度对选手体能和技巧均是挑战。

除赛道外,沿途山地风光与乡村风情的融合,更是线路的一大特色。作为北京骑行热门路线,赛道在层林尽染的山谷间蜿蜒起伏,本次门头沟赛段的比赛路线依托妙峰山赛道,展现了北京市优质的山地资源禀赋,让选手在竞技之余,体会京西福地的宜居宜

游特质。

近年来,北京自行车联赛的影响力持续提升,成为推动全民健身与体育文化传播的重要平台。门头沟区体育局相关负责人表示,该赛事已连续三年在妙峰山镇举办。赛段结合门头沟国际山地旅游目的地、国际山地运动打卡地、京津冀微度假首选地“三地”品牌打造,凸显山地资源和线路特色。

未来,门头沟区将继续秉承“绿色、健康、环保”的办赛理念,优化赛段设计、提升服务保障,培育更多具有区域特色的体育赛事 IP,不断完善“体育+文旅”融合发展模式,为推动全民健身事业与区域体育文化建设注入更多活力。

(顾 宁)

首届中国社区篮球公开赛总决赛落幕

本报讯 日前,以“全民城BA,活力新主场”为主题的首届中国社区篮球公开赛(城BA)总决赛在河南郑州落幕。

比赛设男子青年组(18—35岁)和男子中年组(36—55岁)两个组别,来自23个省区市的46支社区代表队参赛。经过7天108场比赛的激烈角逐,山东滨州永利队、河南新乡延津县文岩世和府队分获青年组、中年组冠军。

“城BA”是全国性社区篮球赛事,各支社区代表队展现出鲜明的地方特色和草根篮球的蓬勃活力。赛事主办方负责人表示,作为全国基层篮球赛事的新增品牌,“城BA”将持续完善社区篮球赛事体系,打造展现基

层体育活力的重要窗口,推动体育与社区治理深度融合,让体育成为加深邻里情感、促进社区和谐的纽带。

本次赛事由中国社区发展协会主办、河南省篮球协会承办。

(轧学超)

业又热情。

“我们要以一流的场馆设施,精细的赛事服务和丰富的文化交流,把本届比赛办成‘安全、精彩、共享’的老年体育盛会。”赛事承办方相关负责人介绍。近年来,漯河始终将老年体育事业放在重要位置,持续完善老年健身公共服务体系——先后建成13片适老化网球场,实现“中心城区10分钟、乡镇20分钟”老年健身圈全覆盖。2024年以来,漯河已高质量承办了17项省级以上高水平老年体育赛事,为承接国家级赛事积累了丰富的经验。未来,漯河将继续探索老年体育事业发展新路径,力争为全国老年体育赛事承办提供可复制、可推广的“漯河样板”。

本报记者 冯 蕾

金秋时节,苏州金鸡湖畔即将迎来一场体育产业盛会。9月12日,由国家体育总局、中国奥委会主办的中国体育文化博览会中国体育旅游博览会(简称“两个博览会”)将再度启幕,作为承办方之一的苏州国际展览中心集团有限公司(以下简称“苏州国展集团”),正紧锣密鼓推进最后的筹备工作,确保这场国家级体育盛会圆满呈现。

作为落户苏州的第三届“两个博览会”,此前两年已交出亮眼答卷。数据显示,展会累计吸引了超1000家国内外单位参展,覆盖全国31个省区市的体育行政部门、50家体育总局系统直属单位及协会,还有22家国际单项体育组织与外国驻华使领馆参与其中,累计吸引观众超40万人次,现场意向签约金额59.55亿元。仅2024年展会期间,就带动周边经济效益约2.6亿元,成为拉动区域经济、促进体育产业交流的重要引擎。

今年的“两个博览会”更具亮点与深度。展会将进一步突出文化引领作用,增强加快建设体育强国的软实力,强化资源整合能力,推动构建体育文化协同发展大格局;聚焦科技与绿色理念,为培育体育新质生产力注入动力;深化国际交往维度,助力提升中华文化在体育领域的国际影响力,全方位为体育产业高质量发展赋能。

苏州国展集团自1992年成立以来,已成长为具备完整团队建制与丰富人才储备的会展综合服务运营标杆企业。集团旗下拥有苏州雅式国际展览有限公司、江苏环球国际体育文化有限公司两家子公司,并在北京设立运营中心,形成以江苏、北京为核心,辐射全国的会展业务布局,为承接国家级展会奠定坚实基础。

近年来,苏州国展集团始终立足产业发展需求,以提升产业链供应链韧性为核心,充分发挥地域优势与专业运营能力,积极策划、引进优质产业会展项目。

“我们不仅仅是在办展,更是在搭建一个产业协同创新的平台。”苏州国展集团董事长姜世海表示,“依托会展经济的纽带作用,能够有效整合产业资源、促进供需精准对接,推动体育产业高质量发展。”

“两个博览会”作为我国体育领域最高水平的综合性展会,早已成为展示体育发展成就、推动产业交流合作的重要窗口。国务院办公厅最新发布的《关于释放体育消费潜力进一步推进体育产业高质量发展的意见》中,更明确鼓励体育企业借助“两个博览会”优质平台,拓展内销与外贸渠道。

苏州国展集团凭借丰富的策展招商经验与成熟的市场化运营体系,成功承接这一国家级盛会,为体育企业搭建起品牌展示、技术交流、贸易合作的优质桥梁。

在创新发展路上,苏州国展集团不断探索突破。旗下江苏环球国际体育文化有限公司专注于体育赛事创新开发与体育文化推广,创新打造“会展+赛事”模式,将静态展览与动态体验深度融合,为参展企业与观众带来沉浸式互动体验,让展会更具吸引力与影响力。“我们正全力推动会展资源与体育产业深度融合,通过品牌展会、专业论坛、配套赛事等系列活动,构建体育产业新生态。”公司负责人说。

展望未来,姜世海表示:“苏州国展集团将持续深耕体育产业,以会展为媒介、以平台为支撑、以创新为动力,不断提升展会的国际化、专业化、市场化、高端化水平,为体育强国建设贡献更大力量。”接下来,集团将继续发挥自身优势,整合各方资源,打造更多高质量体育产业会展活动,以专业化服务与创新性产业整合,推动体育产业高质量发展、促进体育消费升级,为中国体育事业与产业的繁荣注入持续动能。

老年网球赛 推动漯河网球大发展

本报记者 冯 蕾

“以前我们漯河只有4块网球场,全市的网球爱好者也就几十个人。自从体育中心新建了网球场并积极引进各类赛事后,不仅我们的技艺有所提高,还吸引了许多年轻人参与到网球运动中来。”日前,在河南省漯河市体育中心网球场,参加第31届中南协作区老年人网球赛的漯河选手邢强生说。近年来,漯河业余网球的发展让漯河愈发充满活力。作为中南地区老年体育事业交流互鉴的重要平台,中南协作区老年人网球赛已历经30届传承。此次落地漯河,既是对漯河老年体育事业发展成果的肯定,也为中南协作区老年网球爱好者创造了一次竞技交流的机会。这也是漯河继5月成功承办2025年“双汇杯”全国老年人网球赛后,年内第二次接过国家级老年人网球赛事的承办权。

本次赛事由河南省老年人体育协会主办,漯河市体育局、漯河市老年人体育协会承办,吸引了来自湖北、湖南、广东等省市区百余名老年网球选手积极参赛。比赛共设置男双、女双、混双三个项目,并按年龄分为60岁—64岁、65岁—69岁、70岁以上三个组别。

赛事期间,主办方还精心策划了漯河老年体育成果展、“网球进公园”公益教学活动、“沙湾乐养”美食体验等一系列配套活动,让参赛者全方位感受漯河的城市魅力。

“我们老两口这次打算借助来漯河参赛的机会,好好领略一下中原的风土人情,并尝一尝胡辣汤。”深圳队的方平与爱人邓琼还是第一次携手参加全国老年体育赛事,“我平时也会上场打两拍,这次主要以家属的身份来感受一下比赛氛围。”邓琼认为,漯河无论是场地条件还是办赛水平,都是一流水准,既专

业又热情。

“我们要以一流的场馆设施,精细的赛事服务和丰富的文化交流,把本届比赛办成‘安全、精彩、共享’的老年体育盛会。”赛事承办方相关负责人介绍。近年来,漯河始终将老年体育事业放在重要位置,持续完善老年健身公共服务体系——先后建成13片适老化网球场,实现“中心城区10分钟、乡镇20分钟”老年健身圈全覆盖。2024年以来,漯河已高质量承办了17项省级以上高水平老年体育赛事,为承接国家级赛事积累了丰富的经验。未来,漯河将继续探索老年体育事业发展新路径,力争为全国老年体育赛事承办提供可复制、可推广的“漯河样板”。