

2025年中国-东盟健身气功健身养生大会举办

山海相连话健康 民心相通促交流

郭思雨 轧学超

“这次来桂林太值了！”来自泰国的学员陈文雅笑容满面地说，“下次还想来参加。”日前,2025年中国-东盟健身气功健身养生大会在广西桂林市体育馆开幕。来自柬埔寨、印度尼西亚、新加坡、马来西亚等国,以及北京、广西的健身气功爱好者共144人参加大会。

多元形式 感受气功魅力

开幕式现场,舞龙舞狮、民族舞表演营造了浓厚的传统文化氛围,学员们纷纷举起手机记录下这精彩画面。同步设置的养生产品展览区,既宣传健身气功与中华传统养生文化,也集中展示广西康养产业发展成果与特色产品。

大会设置多种活动形式,实现理论与实践的深度融合。邀请北京体育大学教授刘晓蕾、南京中医药大学教授吴山川、华佗五禽戏第58代传承人陈静围绕“八段锦养生内涵”“体质运动处方”“校园五禽戏(小学版)”“太极养生杖功法”开展教学培训;结合桂林生态优势,组织学员进景区开展六字诀、八段锦集体展演,扩大健身气功影响力;举办“健身气功推广”交流座谈,分享经验,展示成果,增进了解,集思广益,达到相互启发、相互借鉴、相互激励的目的,推动健身气功发展。泰国学员陈文雅说,“健身气功每一个动作都有讲究,比如八段锦‘两手托天理三焦’的舒展感,练完浑身都轻松。老师还会讲功法里的养生理念,让我对中国文化



主办方供图

有了更深刻的理解。”

气功为媒 促进文化交流

从2022年起,中国-东盟健身气功专题活动已连续举办四年,正日益成为跨区域文化交流的重要纽带。今年参与阵容进一步扩大,除东盟国家的健身气功爱好者外,日本、韩国等周边国家健身气功爱好者首次加入,在功法练习、文化交流中打破地域与语言壁垒。来自老挝的学员聂晓芳是八段锦的忠实爱好者,目前在广西民族大学攻读中国语言文学博士学位,她希望毕业后回老挝传播中国文化和健身气功。活动期间,她还在短视频平台分享了活动现场的练习片段。

结合桂林生态优势,学员们来到象山景区,在碧水奇峰间演练六字诀、八段锦,吸引不少游客驻足观看,有的外国游客也加入进来,这便是以气功

为纽带推动文化传播的生动实践。本次活动由中国健身气功协会(国家体育总局健身气功管理中心)、北京体育大学、广西壮族自治区体育局与桂林市人民政府共同主办。国家体育总局健身气功管理中心相关负责人表示,健身气功作为中华优秀传统文化的重要载体,不仅提升着中华民族的健康水平,更跨越山海,成为联结中国与世界的纽带。在汲取古代养生智慧的基础上,结合东盟各国学员特点与现代康养需求,在增进民众福祉、促进民心相通方面发挥着越来越大的作用。

经验共享 推动气功发展

为助力健身气功在国际上持续推广,大会设置交流分享环节,邀请各国代表分享本地推广实践经验,从“如何吸引更多民众参与”“如何更科学地衡量锻炼效果”“如何结合本地文化开展

教学”等方面,为参会者提供可借鉴的实践思路。

来自新加坡的李婉娇初次学习校园五禽戏(小学版),练完之后浑身舒畅,她说:“练习气功让身体更健康,让生活更精彩,和朋友们一起练习并带动更多人参与进来,令人感到非常满足与自豪。今后将继续力所能及地传播健身气功,让更多人感受到健身气功的魅力。”

正如陈静在培训时所说,来到这里的每一位学员都是一颗充满生命力的“种子”,这些“种子”会在不同地区的土壤里生根发芽,将健身气功的健康理念与文化魅力带向更广阔的天地。健身气功不仅是一项强身健体的运动,更是文化传承与交流的载体。在多方共同努力下,不仅能推动健身气功在各国的个性化发展,更能形成合力,为健身气功事业的发展注入持久动力。

天空很辽阔 我们一起飞



本报记者 冯 蕾摄

特技定点跳伞世界杯

中国队逆风翻盘夺首金

本报讯 10月26日,2025年国际航联第16届特技定点跳伞世界杯暨第一届特技定点跳伞世锦赛在江西吉安桐坪通用机场迎来第二个比赛日。来自12个国家和地区的约100名运动员围绕特技与定点跳伞两大项目16个小项展开角逐,吉安上空持续上演“空中精准对决”的精彩场面。

作为本次赛事的焦点项目之一,男子集体定点跳伞比赛率先点燃竞技热情。由张开元、魏高琦、于瑞龙、曾亚辉、刘飒组成的中国跳伞队一队,在比赛中展现出极强的抗压能力,队伍一度处于追赶态势,但队员们凭借稳定的心理素质与精湛的技术,在关键轮次实现逆风翻盘。最终,他们以8轮累计32厘米的精准成绩斩获本届赛事首金。这一成绩领先第二名德国队6厘米,展现出中国队在该项目上的强劲实力。

来自北京航空运动学校的刘飒说:“比赛中气流的复杂波动,对定点精准度提出了极高要求。面对前期落后的局面,团队没有气馁,而是互相鼓励,及时调整战术咬牙追赶。能和队友一起拿下金牌、为国争光,所有的付出都值得!”

湖南省航空运动管理中心跳伞运动员曾亚辉夺冠后说:“赛前,我们做了6个月封闭备战。天气好时,上午练跳伞、下午练体能;天气差就集体钻研技术、查漏补缺。此次世界杯在中国举办,我们早下定决心要把冠军留在中国。如今目标达成,不负期望。”

教练葛斌对队伍表现给予高度肯定:“这枚金牌来之不易,队员们顶住了国际赛事的压力,展现出中国跳伞运动员的专业素养和团队协作精神。首金的取得不仅为队伍后续比赛提振了信心,也为中国跳伞项目在国际舞台上赢得了更多关注。未来我们会继续打磨技术,争取更好成绩。”

总局航管中心运动二部跳伞项目负责人认为,此次男子集体定点项目夺冠,是中国队自2019年获得此项目冠军以来再次站上国际比赛最高领奖台,充分证明了国家跳伞集训队的管理模式、梯队建设思路和训练理念。

本届世界杯的举办不仅为全球跳伞爱好者提供了交流竞技的平台,也让吉安成为国际航空运动的焦点,更见证了中国跳伞运动的蓬勃发展。(冯 蕾)

跨国“伞花”的温暖拥抱

本报记者 冯 蕾

“第一次遇见就很投缘,特别珍惜这段友谊。”中国跳伞国家队队员吕悦莹提起德国选手佐伊时,眼里满是笑意。近日,在江西吉安举办的2025年国际航联第16届特技定点跳伞世界杯期间,吕悦莹与佐伊这对因跳伞结缘的跨国“姐妹花”,再次在赛场相遇,两人的故事也成了国际体育交流的生动注脚。

吕悦莹来自河南,有着8年跳伞经验,曾于2023年在意大利举办的第15届该赛事青年组比赛中斩获特技项目

冠军、定点项目季军。她与佐伊的缘分,正是始于这场比赛。当时两人同组参与青年组比赛,恰巧在同一架次,“她带着我们跳,最后她拿了特技第三,我拿了第一;定点项目她是第二,我是第三。”吕悦莹回忆,最初语言不通成了两人交流的阻碍,但彼此总想着交换小礼物——佐伊会带来队里的面罩、跳伞绳,吕悦莹则分享中国特色美食,靠着简单的英文交流,友谊渐渐升温。

如今虽身处不同组别参赛,吕悦莹仍会格外关注佐伊的赛场表现。“她的跳伞风格和性格一样,活泼开朗又

利落,每次她跳完,我都会留意她的操作技巧,偷偷学两手。”吕悦莹笑着说,去年佐伊没参赛,自己还挺想念她,两人偶尔通过微信相互问候。这次赛场重逢,“姐妹花”相互拥抱,彼此加油,吕悦莹已悄悄计划好比赛结束后,带佐伊去吉州窑、井冈山逛逛,感受中国文化,“就是这儿的菜大多偏辣,得先找些不辣的餐厅,不然她可能吃不惯。”

在佐伊眼中,这次中国之行同样充满惊喜。“主办方准备得很周到,能来参赛特别幸运。”她坦言,跳伞比赛受风力影响大,“有时风大,有时风小,

想发挥好并不容易,但我会尽全力。”谈及与中国队员的友谊,佐伊直言,跳伞让大家跨越国界成为朋友,“中国队成绩很棒,欧洲很多队伍都想向他们取经,我们不仅交流技术,更成了好朋友。”为了这场比赛,佐伊准备了近一年,“希望能拿出最好的状态,不辜负自己的努力。”

从意大利赛场的初遇到中国赛场的重逢,吕悦莹与佐伊的故事,恰是跳伞运动魅力的缩影——在这里,竞技的比拼与友谊的温暖交织,不同国家的运动员因热爱相聚,在蓝天之下书写着属于体育的跨国情谊。

全民健身志愿服务优秀案例

10月16日,由国家体育总局群体司组织开展的2025全民健身志愿服务优秀案例征集入选名单公布。本次征集累计收到申报案例338个,经过3个多月的征集与评审,最终遴选出30个兼具创新性、实效性与示范性的优秀案例,集中展现了近年来我国全民健身志愿服务工作在服务模式创新与基层实践深化方面取得的显著成效。



主办方供图

体育合家欢 社区动起来

本报记者 冯 蕾

“自从社区有了‘体育合家欢’活动,我每周都盼着参加健身指导,身体比以前好多了!”张大爷的话,道出了不少社区居民的心声。

“社区体育合家欢”志愿服务项目由江苏省发展体育基金会主导,2017年启动,至2025年,每年开展20至30次活动,志愿者涵盖社区工作人员、社会体育指导员、高校师生等多个群体,服务全省社区居民。

据江苏省发展体育基金会相关负责人介绍,“基金会1989年成立以来,一直专注体育公益。2017年打造这个项目,就是想把运动健康送到居民家门口。目前项目已覆盖全省近1000个社区,开展活动1000余场。我们围绕居民爱参与的项目,办公益联赛、亲子运动会,2025年还联合共青团江苏省委‘伙伴计划’,让高校志愿者带来更专业的服务。”在文体旅融合上,“健步走江苏”“携手冠军益起跑”已在南京、无锡等10个城市落地,“携手冠军益起跑”邀体

育明星和孤独症儿童一起运动,同时募款帮助特殊群体开展体育活动。此外,项目积极推动体卫融合,已经举办了384场科学健身讲座,联合奥运冠军录“小动作大健康”视频,通过广播、电视平台科普健康知识。

谈及团队建设,该负责人表示,基金会按年度计划组建执行团队,线上招募志愿者,还为志愿者提供培训、保险、补贴和公益证书,“这样能稳定服务能力,让项目持续开展。”

截至目前,“社区体育合家欢”志愿服务项目已累计服务超10万人次。它不仅精准对接居民多样化体育健康需求,用运动打破邻里隔阂、拉近情感距离,更以“体育+文旅”“体育+商圈”创新模式聚拢人气,为地方消费注入新活力。

谈及未来,该负责人表示,项目将持续扎根社区,进一步完善志愿服务体系,组建更专业的服务队伍,针对不同群体提供更精准的公益体育服务,助力社区体育高质量发展,为构建更高水平的全民健身公共服务体系添砖加瓦。

健身快车

体育文化决策咨询研究汇报交流会举办

本报讯 为贯彻落实体育强国建设任务,促进体育文化繁荣发展,国家体育总局体育文化发展中心自2024年起启动了体育文化决策咨询研究项目工作。10月24日至26日,体育文化决策咨询研究汇报交流会在河北体育学院举办,旨在更好地凝聚专家学者力量,为体育文化工作提供理论支撑和实践指导。

会上,各项目依次汇报,围绕体育文化与体育强国建设、体育文化标准体系构建、中华传统体育文化守正创新、体育博物馆讲好中国体育故事、体文旅商融合发展、特色运动项目文化建设、体育文化国际

传播等主题,紧密结合体育文化工作实践,展示研究成果,开展交流研讨。与会专家对项目研究报告进行了深入细致的点评,既为产出高质量的决策咨询报告提出了针对性建议,也为加强“十五五”时期体育文化建设提供了新的发展思路。

本次汇报交流会有效促进了项目研究成果的转化利用、交流互鉴,也搭建了体育文化研究人才培养的新平台。文化中心也希望充分发挥决策咨询研究对体育文化事业发展的助推作用,为传承体育文化、弘扬体育精神、加快体育强国建设注入力量。(冯 蕾)

首届东三省气排球邀请赛举行

本报讯 首届东三省气排球邀请赛日前在辽宁海城开赛。来自黑龙江、吉林、辽宁的400余名选手齐聚一堂,在为期两天的赛程中以球会友,为观众奉献一场竞技与观赏性俱佳的全民健身盛宴。

本次比赛设置了五个组别:青年男子组、青年女子组、中年男子组、中年女子组和混合组。赛制分为小组单循环和交叉赛两个阶段。赛场上,选手们配合默契、攻防有序,赢得现场观众阵阵掌声。

海城居民李秦玲带着孙子来观赛,她说:“我平时也喜欢打气排

球,看到三省高手同场竞技,真是大开眼界。气排球比赛既能锻炼身体,又能增进友谊,希望以后海城多办这样的活动。”

本次比赛的成功举办,不仅为海城的文体旅融合发展注入了新的活力,也促进了黑龙江、吉林、辽宁三省的体育文化交流,推动了全民健身事业高质量发展。

本次赛事由辽宁省体育局主办,黑龙江省体育局、吉林省体育局、鞍山市文化旅游和广播电视局支持,海城市人民政府承办。

(轧学超)