

全民健身“线上行”

河北省全民健身线上运动会举办,主赛区设在“燕赵全民健身”微信公众平台

本报讯(记者 冯晶)2023年全民健身线上运动会——河北省全民健身线上运动会于11月7日至12月7日期间举办,共有十项赛事,分别设立一、二、三等奖,主赛区设在“燕赵全民健身”微信公众平台。

据了解,本次运动会将有广场舞云竞赛、象棋云竞赛、跳绳云竞赛、全民健身知识云竞赛、校园创意广播操(课间操)、第九套广播体操、燕赵云徒步、斗地主云竞赛、AI挑战赛、线下展演活动等十项赛事。其中,AI挑战赛又分为AI排球移动垫球竞赛、AI足球颠球挑战、AI篮球侧移防守竞赛三个比赛项目,广播操云竞赛的比赛项目则包括校园创意广播操(课间操)、第九套

广播体操两类。

比赛主赛区在“燕赵全民健身”微信公众平台,在微信小程序平台、抖音、AI竞技、棋牌类竞赛平台等互联网平台设立分赛区。最终的评比成绩将在“燕赵全民健身”微信公众平台公布。

比赛设一等奖一名,二等奖三名,三等奖六名,分别授予电子证书和纪念奖品。设优秀奖二十名,分别授予电子证书和纪念奖品。所有参赛选手均可获得由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部颁发的电子完赛证书及河北省体育局颁发的电子荣誉证书。

以广场舞云竞赛为例,参赛选手自由组队报名,年龄、性别不限,每队人数8至12人,一人不可报名多支队伍,录制时长不低于60秒的参赛视频,自配音乐,带话题及地市名称发布至抖音平台,并@河北省全民健身线上运动会,参加评比,最终按话题内视频点赞量进行评比排名。(如:#广场舞云竞赛+石家庄市@河北省全民健身线上运动会)

组委会将成立线下裁判组,对参演视频的规范性进行评定,同一个账号上传多个作品的,取成绩最好的作品作为最终排名依据。作品的最终成绩为:裁判评分60%+点赞排名40%=最终得分。



■活动中,大家热情高涨、活力十足。 群体处 供图

本报讯(记者 冯晶)11月2日,“与健步同行 与健康同在”主题活动在河北省税务局举行。这是河北省体育局主办的“奋进新征程 运动促健康”2023年河北省全民健身志愿服务系列活动之一,鼓励大家科学健身,畅享快乐人生。

健步走作为一项简单高效的健身运动,受到大众广泛关注和喜爱。河北省健康科学学会专家高前进博士根据干部职工身体健康需求,对健步走的基本原理、正确的步行姿势等进行科学的系统化讲解,现场组织干部职工学习演练和动作指导,并设计了简单易学的办公室健身操,助力干部职工高效利用碎片化时间,拥抱健康生活。

活动中,伴随着欢快悠扬的音乐,专家详细讲解

正确的热身动作、步行时的身体姿势、手臂摆动、呼吸节奏等注意事项。大家在专家指导下亲身体验,弯腰、迈步、摆臂,尽展激情与活力。干部职工们纷纷表示,每天花半小时的时间进行健步走,再搭配简单的健身操,既活动了身体,缓解了工作的疲惫压力,又舒展了身心,为身体和大脑充电加油,达到了提高工作效率、强身健体的双重目的。

全民健身志愿服务走进省直机关系列活动的开展,为广大干部职工提供了针对性的科学健身指导服务,将推进全民健身与全民健康深度融合落到实处。“小蓝帽”全民健身志愿服务团队将继续探索、创新活动形式,秉持“为民、亲民、乐民”志愿服务宗旨,真正唱响全民参与、全民共享、全民健康主旋律。

衡水建设健身场地设施 569 处

本报讯(记者 冯晶)11月2日,衡水市共更新建设全民健身场地设施 569 处,2023 年体育惠民工程工作任务已提前超额完成。

按照《2023 年河北省体育惠民工程实施方案》要求,2023 年衡水市计划建设群众身边的全民健身场地设施 558 处。其中,更新健身设施 500 处,新建或改建体育公园 14 个,建设足球场 12 处,篮球场、乒乓球

场和羽毛球场 20 处,建成健身步道 12 条。

目前,各项工作任务已提前超额完成,全市更新建设群众身边的全民健身场地设施共 569 处,其中,更新健身设施 506 处,新建或改建体育公园 14 个,建成足球场 12 处,篮球、乒乓球、羽毛球等球场 25 处,健身步道 12 条。更好地满足了乡镇群众的健身需求。

|| 新闻速递 ||

承德:首届全民健身大会体育舞蹈比赛落幕

本报讯(记者 冯晶)11月5日上午,承德市体育舞蹈运动协会承办的2023年承德市首届全民健身大会体育舞蹈比赛在承德市奥体中心如期开赛。来自各县(市、区)的200余名运动员现场交流舞艺、比拼舞技,展示体育舞蹈独特的风采。本次比赛设有单人组、双人组、集体舞、名次赛组和等级赛组5个组别,参赛选手从6岁及以下到70岁不等。参赛舞种既有热辣奔放的拉丁舞,也有优美高雅的标准舞。

比赛现场,伴随着音乐节奏,各支参赛队伍的舞者们身着华服依次上场,舞姿或飘逸舒展、或热情奔放。飘逸优美的华尔兹,热情奔放的探戈、利落紧凑的恰恰、摇曳多姿的桑巴……风格各异的舞姿,充分诠释着体育舞蹈的魅力。

张家口:越野挑战赛,全民健身热

本报讯(记者 冯晶)11月4日,张家口市下花园区2023首届“活力花园·奔向未来”越野挑战赛在区体育场激情开赛,来自全国各地的700多名选手参赛,进行70公里、40公里、10公里三个组别的角逐。

越野挑战赛的举办,不仅让广大越野爱好者尝试了全新的探索体验,而且使更多的人感受到户外运动的乐趣,推动了全民健身活动蓬勃开展,为持续擦亮张家口冬奥城市品牌、助力京张体育文化旅游带建设打下了坚实基础。

邢台:以武会友 切磋技艺

本报讯(记者 冯晶)近日,2023邢台市首届全民健身大会暨第七届老年太极拳友谊赛和第三届太极拳推手比赛,在邢台市任泽区全民健身中心盛大举行。共有来自邢台市各县市区31支代表队350余人参加。比赛分为个人项目、集体项目、推手项目。比赛现场,参赛选手们服装统一、精神饱满、队列整齐。在比赛中动作优美、舒展大方,柔中有刚,比赛现场气氛热烈。

据了解,王其和太极拳作为世界非物质文化遗产,近年来发展迅速,习练群体不断壮大,遍及大江南北。举办本次比赛也是旨在进一步做好太极拳传承推广、全面助力全民健身活动广泛开展,传承世界非遗,弘扬太极文化。