

张弛有致八段锦 刚柔并济耀暖阳

2023年河北省健身气功助力乡村振兴交流展示活动在邢台举办

本报讯(记者 宋云杰)8月30日,2023年河北省健身气功助力乡村振兴交流展示活动在邢台举办,来自邢台、邯郸、保定三市的12个红色老县区的70余名健身气功爱好者进行了展示交流。

活动设八段锦集体赛和个人赛,由健身气功国际级裁判马剑任裁判长。比赛过程紧张有序,队员们身着各色参赛服,伴随着悠扬的音乐,动作张弛有致、整齐划一,一招一式尽显八段锦动静结合、刚柔并济的特色,充分展示出气功人的精神风貌。最终,邯山区代表队、唐县代表队获得本次活动集体赛一等奖,14人获得个人赛一等奖。

活动自7月份正式启动,社体中心组织了全省12位健身气功优秀人才分别对保定市清苑区、邯郸市邯山区等进行线上包联教学和线下深入指导。本次活动为广大健身气功爱好者提供了交流展示的平台,以检验前期教学成果,精进功法习练水平。



■展示活动。社体中心供图

“共迎省运盛会 领航健康生活”

邯郸市邯山区举办全民健身活动感受省运热潮

本报讯(记者 冯晶)9月1日下午,邯郸市邯山区举办“共迎省运盛会 领航健康生活”全民健身活动。在活动中,邯郸职业技术学院志愿者通过向社区居民教授太极拳、八段锦等基本知识,详细讲解动作要领,手把手、一对一演练,及时解答习练疑问,深受居民的欢迎。

“我不光学会了打太极拳,还认识了几个兴趣相投的朋友,我们明天早上约好了要一起练习太极拳!”社区居民姚志强兴奋地说。

针对居民群众需求,志愿者们还向大家介绍了各类常见的社区健身器材,并结合实际使用开展现场指导。经过亲身体验,不少居民才发现原来自己的方法一直是错的。培训结束后,大家纷纷说这次培训非常实用,应多举行几次才好。

通过此次活动向社区居民传递科学健身知识和理念,居民享受了科学运动的快乐,感受“省运”热情,也推动科学健康生活方式落地生根、开花结果,让群众得到实实在在的实惠。

倡导以平静心态面对生活

2023年石家庄市健身瑜伽展演举行

本报讯(记者 冯晶)近日,“中冶”2023年石家庄市全民体育节暨石家庄市全民健身大会,健身瑜伽经典拜日式马拉松挑战赛暨健身瑜伽展演,在中冶和悦汇中心广场举行,来自石家庄市内百余名健身瑜伽爱好者参与并完成挑战。

本次活动分为健身瑜伽展演和经典拜日式马拉松

挑战赛,年纪最小的参与者年仅8岁,最大年龄68岁。伴随着平和舒缓的音乐,百余名健身瑜伽爱好者在8名老师的带领下,经过60多分钟的共同努力,完成了54遍健身瑜伽经典拜日式的挑战。

健身瑜伽作为一种生活方式,可以让人们拥有健康的一个身体和良好的心态,以一种平静的状态去面对生活。

|| 培训信息 ||

石家庄:社会体育指导员培训活动开启

本报讯(记者 冯晶)9月2日,2023年石家庄市社会体育指导员培训活动在石家庄全民健身中心正式开启。此次培训活动共有来自石家庄市各县(市、区)及市级单项体育协会选派的4000余名一线社会体育指导员参加。

本次培训活动采取线上与线下相结合的方式,按照《社会体育指导员培训大纲》,创新了社会体育指导员培训项目,重点输入科学健身新理念、新知识、新技能。接下来,培训活动将分层次、分区域、分项目开展线下技能强化培训。

邢台:二级社体指导员培训结束

本报讯(记者 冯晶)9月2日,邢台市2023年二级社会体育指导员培训班西藏舞项目在邢台市天唯大酒店落幕。本次培训由市体育局主办,来自全市各县市区的近百名学员进行了为期两天的广场舞西藏舞舞种的培训。培训邀请了国家一级社会体育指导员从广场舞理论知识、实践教学以及参赛要点等方面进行了系统的讲

解,主讲了广场舞《画你》西藏舞这首曲目的实操和其自身习练广场舞的一些经验。

此外,培训老师还为学习速度较慢、掌握技巧困难的学员进行一对一讲解、点对点指导,力求让每一位学员真正领悟广场舞西藏舞种的技巧。授课结束后,参训学员用一支精彩的西藏舞进行了结业展演。

|| 新闻资讯 ||

衡水景县:全民健身健步走展演活动举办

近日,衡水景县在“五一”广场举办了“‘双争’有我·活力河北”全民健身健步走展演活动。此次共有来自全县各行各业的近300名干部职工参加。

活动现场,大家衣着统一、步伐整齐、昂首阔步、精神抖擞,充分展现了景县群众朝气蓬勃、积极向上的良好精神风貌。活动的开展,丰富了全县干部职工的体育文化生活,让科学健身的理念深入人心,增强了全民健身意识,助推景县全民健身活动蓬勃发展。

廊坊:全民健身大会游泳系列比赛落幕

近日,2023年廊坊市首届全民健身大会游泳系列比赛(固安站)在固安市民活动中心游泳馆圆满落幕。

比赛为期一天,共有来自全市各区县14支代表队300余名运动员踊跃报名参加,比赛项目甲、乙、丙各组分别设置50米、100米蝶泳、仰泳、蛙泳、自由泳,4X50米自由泳接力等,幼儿组设置50米仰泳、蛙泳、自由泳;50米蛙泳腿、自由泳腿。

本次比赛是廊坊市青少年体育赛事发展的一项重要举措,为廊坊市青少年游泳运动员搭建了良好的展示交流平台,为游泳运动后备人才培养打下了良好的基础。

承德:“村BA”篮球赛市级总决赛开赛

8月31日上午,“和美乡村”承德市首届“村BA”篮球赛市级总决赛在双桥狮子沟镇罗汉堂村篮球场正式开赛。本此篮球赛分预选赛和总决赛,从今年7月开始在承德市各县(市、区)开展基层选拔赛,13支代表队、156名运动员参赛,经过22场预选赛,最终6支队伍进入总决赛。

此次篮球赛突出展示了新时代村民风采,展现了乡村风貌,引领了乡村风尚,也为乡村振兴注入文明乡风新动能。

(冯晶)

河北省体育彩票中心唐山中心1302005993号代销网点,代销者历建娜,地址为:唐山市迁安市木厂口镇九江线材门口。因代销者保管不慎将押金条丢失,编号:02-026417,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302005834101号代销网点,代销者李艳霞,地址为:唐山市丰南区柳树圈商业街中段。因代销者保管不慎将代销证丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302012232101号代销网点,代销者孟德岳,地址为:唐山市丰南区大新庄镇大佟庄一村。因代销者保管不慎将代销证丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302012328101号代销网点,代销者张宇航,地址为:唐山市丰南区钱营镇小屯村押金条编号:02-044854。因代销者保管不慎将押金条丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心130204260号代销网点,代销者兰永,地址为:唐山市迁西县汉儿庄栗树湾村老汽车站门市。押金条编号:02-024413,因代销者保管不慎将该代销网点的押金条丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302011184101号代销网点,代销者李原,地址为:唐山市丰润区新军屯镇中学东侧,因代销者保管不慎将代销证丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302004899101号代销网点,代销者高珍,地址为:唐山市丰润区人民路光华小区119-4-502,押金条编号:02-043808。因代销者保管不慎将代销证、押金条丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302012163101号代销网点,代销者刘猛,地址为:唐山市丰润区11小区603楼2门101,押金条编号:02-043808。因代销者保管不慎将代销证、押金条丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302005086101号代销网点,代销者孙艳军,地址为:唐山市丰润区银城铺乡北陈村庆良超市。因代销者保管不慎将代销证丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302004828101号代销网点,代销者刘广斌,地址为:唐山市丰润区火石营镇岩口村,押金条编号:02-025547。因代销者保管不慎将代销证、押金条丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302011674101号代销网点,代销者刘杰,地址为:唐山市丰润区新军屯镇东街电力所对面,因代销者保管不慎将代销证丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302005529101号代销网点,代销者韩秀敏,地址为:唐山市玉田县林头屯乡柳庄子,因代销者保管不慎将押金条丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302005023101号代销网点,代销者李建英,地址为:唐山市丰润区南台村体彩投注站,因代销者保管不慎将代销证丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心1302005890101号代销网点,代销者闫秀伟,地址为:唐山市丰南区友谊街新兴小区7栋。押金条编号:02-024539。因代销者保管不慎将押金条丢失,声明作废。

河北省体育彩票中心唐山中心
2023年9月6日