

银发族安享体育乐趣

县老年人体育协会背后的故事

记者 黄婉晶

从清晨到黄昏,从城市到乡村,广场上,公园里,甚至田间地头,各种健身队伍已成为新昌大地上的一道靓丽风景线,这其中,老年健身爱好者是当仁不让的主力。据资料显示,全县经常参加体育健身活动的老年体育人口达4.5万,占全县老年人口的44.9%,老年体育工作取得如此成绩,与县老年人体育协会的组织引领是分不开的。日前,该协会获评5A级社会组织,还被评为2018年度绍兴市十佳体育社团,三十余年的规范发展得到了肯定。

各类体育赛事贯穿全年

1986年8月,县老年人体育协会正式成立。33年辛勤耕耘至今,县老年体协组织已逐步发展成为团结广大老年人推动全民健身、构建和谐社会、建设美丽新昌的一支重要队伍。

日前,在县老年体协办公室内,记者见到,墙上挂着一面黑板,上面密密麻麻列出协会组织的各类交流、展示和培训活动,涉及桥牌、台球、健身操、气排球等多个体育门类。“这些只是省级和市级的交流展示活动,县级层面的活动也有很多,老年朋友们参加各类体育交流活动的热情都很高。”工作人员向记者解释道。县老年体协办公室里,满墙大大小小的奖杯、奖牌,记录下我县老年体育爱好者们在各级比赛中取得的成果。

工作人员告诉记者,因为热

爱体育运动的老年人太多,而老年体协的专职工作人员太少。近年来,他们正积极组建分会,目前已建成气排球、台球、佳木斯、乒乓球等分会,飞镖、健身分会也在积极筹建中。分会建成后,各项目的展示交流活动可以放手给分会人员组织,可以做好服务工作,吸引更多的老年体育爱好者参与其中。

组织各类培训提供专业保障

开展老年体育活动,离不开专业场地和专业教练员的依托。

县老年活动中心于2003年建成,开放16年来深受广大老年朋友的欢迎,已成为老年人的第二个“家”,也是绍兴地区最佳活动室之一,在此引领下,13个乡镇(街道)和14个社区也相继建立了老年活动中心或老年活动室。截至去年,全县共有门球场9片(其中塑胶4片),塑胶地掷球场2片,气排球场9片,乡镇和中心村活动场地447片,健身示范点247个,篮球场、地滚球场和健身路径等分布城乡各地。去年11月,镜岭镇楼基村成为绍兴市首批老年人体育健身活动基地之一。

4月26日,2019年省老年佳木斯快乐舞步健身操第六套(浓缩版)裁判员、教练员培训班在我县落幕。此次培训班由省老年人体育协会主办,来自全省各地的180余名学员分别获得裁判员、教练员资格证书。

县老年体协主席王梅成告诉记者,这样的培训旨在通过对裁判员、教练员的培训,进一步推动

各项体育运动的可持续发展,前不久,该协会还组织人员赴宁波余姚参加了全省老年兜球裁判员、教练员培训。此举也势必将吸引更多老年人参加活动,提高健身运动水平。

体育运动让他们老有所为

在县老年体协的各项工作引领下,我县老年体育爱好者中涌现出不少先进个人和队伍。南明街道新民村的陈月燕,每周三都会组织村里的老年人开展兜球、地滚球、气排球等体育活动,还在村里拉起了健身队伍,组织周边邻居朋友开展健身游,让农村的老人也尝到了老有所乐、老有所为的滋味。去年,她被省老年人体育协会授予2011-2017年度浙江省老年体育工作贡献奖。

退休干部黄载东为老年体育事业多方奔走,担任县老体协常务副主席期间,先后组织了三届老年人运动会。在他的不断努力下,老年体协除开展多种多样的群体健康运动外,每一项运动都能拉出一支参赛队伍,去年,来自中国老年人体育协会的“老年体育贡献奖”成为他“退而不休”开展老年体育工作的最大肯定。

去年,我县代表绍兴市参加全省老年人兜球交流,获得总分第一的好成绩。在绍兴市第十届老年人运动会上,我县还获得象棋、地掷球团体第一名,地掷球、台球赛个人第一名等好成绩。明年,县老体协计划组织开展全县老年人运动会,到时,会有更多的老年人乐在其中。

三名武术小将全市比赛中获奖

我县竞技武术成绩实现零突破

记者 高娃

5月10日至12日,绍兴市第九届运动会青少年部武术套路比赛在上虞华通体育馆隆重举行,共有来自绍兴各县市区的6支代表队共55名运动员同台竞技、一较高下。我县武术运动小将刘怡朵、石文涛、王佳楠分别获得不同组别的全能比赛第三名,我县代表队获得团体比赛总分第三名,实现了我县在竞技武术运动比赛中零的突破。

日前,记者看到县武术队队长胡炎彬、副队长吕芸正带着队员们在训练,规定拳、器械等武术轮番上演,把武术的动静开合、刚柔并济等要领表现得淋漓尽致。胡炎彬介绍,本次比赛我县共选送了5名武术运动员,其中刘怡朵荣获拳、刀、棍,少年规定拳、基本功二项全能第三名。王佳楠获拳、剑、枪全能第三名。石文涛获少年规

定拳、基本功全能第三名。我县代表队也获得团体比赛总分第三名。“这三名获奖小将中年龄最小的9岁,最大的11岁,能取得如此成绩除了教练平日的精心培育外,更与他们自身刻苦训练密不可分。”胡炎彬表示。

据了解,竞技武术主要分为套路和散打,是指高水平武术竞技,为最大限度地发挥人个运动潜能和争取优异成绩而进行的武术训练竞赛活动,动作造型花样多变,不枯燥不乏味,极具观赏性、表演性,它的特点是专业化、职业化、高水平、超负荷、突出竞技性。

近年来,我县大力度普及民间武术,推行“武术进校园”,学校每个月在各班的体育课中安排武术课程,由县武术协会推荐武德兼备的武术教练进行武术教学,让学生在练武的过程中领会到武术的精髓,磨练自己的意志,锻炼自己的身体。



残疾人运动展风采

在第二十九次全国助残日来临之际,钟楼社区举办第六届残疾人运动会,近三十位残障人士参加了飞镖、地掷球、兜球、套圈、夹弹珠等趣味运动项目,在奋力拼搏中展现运动风采,实现自我价值。

(记者 黄婉晶 通讯员 黄淑瑛 摄)



诵读红色经典 献礼祖国华诞

5月16日-17日,“献礼祖国70华诞,红领巾逐梦新时代”南明小学红色经典诵读比赛举行,该校一至五年级36个班级的学生纷纷上台,共同诵读红色经典,用实际行动向祖国70周年华诞献礼。

(记者 俞晓委 摄)



让节水成为习惯

节约用水是每个公民的责任与义务。5月17日,梅湖社区开展“全国节水宣传周”宣传活动,现场通过向居民科普节水小窍门、分发宣传资料等形式,向居民传递节水理念,提高节水意识。

(记者 杨赞 通讯员 丁松 摄)

北京国酒馆收购:茅台酒、各种老酒

活动日期:

5月20日~5月22日

收购范围:2019年-1934年茅台、五粮液及2000年以前的郎酒、董酒、剑南春及中国十七大老名酒,地方老酒。本次活动现金交易,可银行转账,让市民更加放心,另收购洋酒XO,安宫牛黄丸,老阿胶,老药酒及1、2、3、4版人民币,银元,纪念币

茅台酒价格表(全品相,不跑酒,53度)

年份	价格
2019年-2017年	1350元-1400元
2016年-2013年	1450元-1700元
2012年-2009年	1800元-2100元
2008年-2005年	2100元-3100元

年份	价格
2004年-2000年	3300元-4100元
1999年-1996年	4300元-5800元
1995年-1991年	8000元-10000元
1990年-1987年	10500元-13000元

年份	价格
1986年-1982年	14000元-16000元
1981年-1977年	16500元-22000元
1976年-1953年	价格面议

★郑重承诺:价格透明
整箱价高 量大上门
★价格以实物为准全品相
★如遇酒少、标损、膜裂价格另议
可上门回收 自约地点 免费鉴定(保护隐私)

地址:鼓山东路201号(新昌宾馆)一楼会客厅

公交线路:12、13、15、8、3路到新昌宾馆下即到

咨询电话:18801813279(钱经理) 17600776258(刘先生)