

# 运动 让生活更精彩

## ——我市户外健身场地恢复开放后全民健身掠影

文/本报记者 巨侃 图/本报记者 孙海 卢志平 巨侃

新冠肺炎疫情,让人们健身锻炼方式从户外退守到室内。很多人每天跟着线上教程居家锻炼,但内心深处依然怀念在阳光清风中呼朋唤友、共洒汗水的惬意与畅快。随着疫情防控形势持续向好,近期我市户外健身场地设施有序恢复开放,许多市民又来到户外健身场地进行锻炼,冷静多时的健身场地又热闹了起来。

“现在又能运动了,又恢复到以前的状态了,非常高兴!”6月12日上午8时,刚刚在长岭怡馨园健身广场打完羽毛球的长岭退休职工王师傅,带着一身汗水走下台阶,记者问起恢复锻炼后的感受,他直言有种“憋久了放风的感觉”。

走进怡馨园,有一

片树荫遮盖下的健身场地,78岁的宝鸡红拳传承人李逢春老先生正带着一批习练者做大雁气功操,那模仿大雁戏水振翅的动作惟妙惟肖,令人想起了舞蹈艺术家杨丽萍表演的《雀之灵》……

“小马,你舞一段达摩杖试试,雷妹子,你劈个叉给他们看看。”做完气功,李逢春让两名弟子“露一手”。

说是“小马”,也已年近七十,只见手中的“达摩杖”(系拐棍改制)舞得虎虎生风,一气呵成;那个“雷妹子”,今年也七十有六了,一个标准大劈叉顿时就做出来的,丝毫不打“折扣”。记者感叹:“这哪像上了年纪的人?”

“6月1日恢复开园的,开园前我也没闲着,或在家看着电视练,或约两三个人随便找个空地练。”家住市区姜炎小区的“雷妹子”雷彩凤老人说。

长岭怡馨园健身广场占地约40亩,依山而建,环境幽雅,空气清新,是社区型全民健身场所的典型代表。据管理此处的渭滨区园林环卫处工作人员介绍,怡馨园自6月1日开始实行早晚各3小时的限时开放,每天入园人流量有五六百人次,进行乒乓球、羽毛球、健身气功、跳舞、剑术等各类运动。

6月12日上午9时,宝鸡人民公园生态健身广场的篮球场上,光线比较强,打球的人纷纷退场,紧邻的乒乓球区因为有遮阳网围护,里面的人气正旺。

球友魏永明抹着一头汗水说,这里是宝鸡最好的室外乒乓球运动场地,说它好,一是封闭式,捡球方便;二是案子相当不错。从4月恢复开放以来,每天来打球的约有100人,大家彼此都熟悉。

85岁的刘金贵老人是球友中年纪最长者,他在市区中滩路居住,宝鸡人民公园生态健身广场恢复开放后,除了下雨天,他每天都来。他说他已经在这里坚持锻炼六七年了。

坐轮椅来的李师傅是铁杆球友,他腰上有病不能久坐。他说,想通过打球锻炼一下,就是打不了,看着别人打球也舒服。

宝鸡人民公园是一处集观光、健步、休闲、文娱活动于一体的综合性全民健身场所,恢复开放比其他地方要早。据公园办公室工作人员介绍,公园现有中心广场区、北区、南门广场区、西门健身器

材区、生态健身广场及编钟坊区6个健身小广场,在保证防疫消毒的前提下,4月27日开始有序开放,现在已完全恢复正常。公园开放前,不断有人打电话咨询何时开放;公园开放以来,群众锻炼的热情高涨,从每天早晨5时开始就有人入园跑步,晚上11时还有人在夜跑。据公园统计,每日入园进行各种体育锻炼的达5000人次。

6月13日上午9时,62岁的官师傅和他的伙伴正在宝鸡植物园健身器材区释放着他们的能量。此处健身区包括五个乒乓球案、一个羽毛球场、一个篮球场和一组健身器材。健友们说,如果乒乓球场地能装上防护网就更好了。

疫情,让人们越发感受到身体的重要、健身的重要、免疫力的重要。户外健身场地恢复开放之后,人们对健身场地设施提出了更高的要求。

6月13日19时,市区团结运动公园的9个足球场都有人在踢球。在其中一个小足球场上,宝鸡两家足球俱乐部的队员正在进行比赛。35岁的上班族贾新刚在附近的团结花园居住,爱踢球的他毛遂自荐,刚刚加入这里的踢球团队,大汗淋漓的他感慨地说:全民健身让美丽渭河动起来,挺好的!

据了解,全市从事业余足球运动的爱好者及各俱乐部会员有七八百人,一般利用周末时间,在各个公益足球场踢球。据统计,我市“十三五”期间(2016-2020年)在建和建成各种类型社会足球场38个,目前绝大部分建成场地都已面向社会实现有序开放,为群众开展足球运动、发展全民健身事业提供了很好的平台。

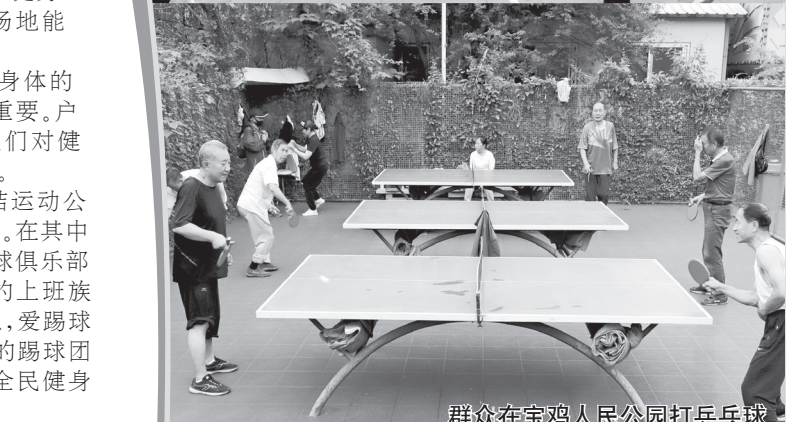
体育健身场地设施是开展全民健身活动的硬件“支撑”,近年来,我市结合创建全国全民健身示范城市,加快建设覆盖城乡、项目齐全、布局合理的全民健身体育设施,城区人均体育场地面积达到了2平方米以上,镇、社区健身设施覆盖率达到100%,行政村健身设施覆盖率达到97%,极大方便了群众就近就近健身。



市民在市区团结运动公园打羽毛球



群众在高新渭河公园打排球



群众在宝鸡人民公园打乒乓球



市民在宝鸡人民公园练八段锦



孩子们在市区团结运动公园踢足球



健身爱好者在市区渭河公园练棍术



群众在代家湾生态公园舞剑



市民在宝鸡人民公园跳健身操



人们在市区渭河公园打太极拳



### 鼓励群众锻炼 促进相互交流

## 省篮协组队莅宝举行友谊赛

本报讯 在篮球赛事停摆时期,为鼓励群众继续坚持锻炼,促进省篮协与宝鸡市篮协、球队的交流,日前,陕西省篮球协会主席王立彬带领秦雀队来宝,与宝鸡市古太酒队进行了一场丝绸之路“古太杯”篮球友谊赛。

由省篮协成员代表组成的秦雀队共12人,平均年龄超过55岁。比赛在市体育场篮球训练馆进行。首节一开始,古太酒队从外线直接命中三分,秦雀队连续抢断制造机会,利用三步上篮突破命中两分,古太酒队立刻回应,又投中一个三分球。第二节,古太酒队利用身体优势多次打出快攻,扩大比分差距,秦雀队虽然篮板球保护不错,但进攻一直未能打开局面,最终古太酒队以8分优势战胜秦雀队。

友谊赛前,王立彬带领省篮协成员来到市区两处教学点,考察了解宝鸡市篮球运动发展情况和青少年篮球培训体系,参与了对小球员的现场指导与教学活动。

本报记者 巨侃



省篮协主席王立彬为小球员们开球

### 迎接十四运暨特奥会——

## 我市加快推进5G公用网络建设

本报讯 近日,我市召开十四运暨特奥会5G公用网络建设协调推进会(见下图)。会议要求,相关部门要加快工作进度,确保如期完成5G公用网络建设各项任务。

会议要求,为确保按期完成5G公用网络基础设施建设,并与省级主数据中心的网络、通信、数据和信息系统融合贯通,陆续完成各平台和信息系统集成测试工作,要尽量将工作往前赶。6月要完成信息化方案评审报批,启动场馆内信息化招标程序,运营商进行公共光缆施工;7月要完成场馆内信息化施工;8月要完成设备机房建设,完成竞赛专网、竞赛互联网建设,进行网络调试;9月要与省筹委会信息技术部互

互联互通、完善提高。会上,铁塔公司汇报了5G公用网络建设方案,各运营商和各场馆分别汇报5G公用网络建设相关情况。十四运会和第八届特奥会宝鸡执委会相关部门、市工业和信息化局、市体育局、市大数据发展服务局及相关企业负责人参加会议。

(刘为深 崔梦麟)

