



中国体育彩票

投注体育彩票
回报健康人生

宁波市“体彩杯”第三届市民健身节

宁波市“体彩杯”第三届市民健身节旨在贯彻落实党的十八大精神，推动全民健身活动开展，引导广大群众增强体育健身意识，不断满足群众多元化健身需求，切实享受体育发展成果，在全社会形成崇尚健身、参与健身的良好氛围，积极推动全民健身事业的发展。

- 一、活动时间：2015年10月1日-2日
- 二、活动地点：宁波文化广场万人中心广场
- 三、活动对象：宁波市市民

四、活动内容：

(一) 趣味游戏

1. 趣味类：

攻陷高地、三军协力、五环相连、百步穿杨、丘比之箭、幸运之门、趣味投篮、命中目标、曲线救国、声东击西、脚定乾坤、车轮滚滚、姜公钓鱼、幸运之门、趣味投篮、命中目标。

2. 互动类：

击鼓传花、指压板跳绳、一气呵成、水果蹲、俯卧撑大比拼、指那儿贴那儿、大小物反转、绕口令大比拼、体育知识竞答。

(二) 体育竞赛

1. 模型比赛：

“城市之家”、“维拉小镇”建筑模型。(对象：幼儿园小朋友、小学生)

2. 象棋擂台赛：

“一对一”擂台赛、“一对一”攻擂赛。(对象：象棋爱好者)

3. 模型体验：

遥控快艇、制作航海模型。(对象：模型爱好者)

(三) 体育表演

手球校操、空竹、体育舞蹈、甬江操、街舞、东方远鼓、运动旋律、操之恋、中华武术、肚皮舞、体育舞蹈、武之魂、泡泡秀、SM 爵士舞、热情桑巴、超级街舞、打气舞、魔术奇幻之旅、love Style 爵士舞、广场舞、模型特技表演。

(四) 体育凡人争霸赛

快手夹珠争霸赛、百发百中争霸赛、气量非凡争霸赛

1. 争霸赛规则：

(一) 快手夹珠：在一分钟内，参赛者单手拿筷，把乒乓球从一个盆子里夹移到另一个盆子内。按夹入盆内球的数量来

评定成绩。

(二) 百发百中：在一分钟内，参赛者将手中的笔垂直投进瓶内。按投进瓶中笔的数量来评定成绩。

(三) 气量非凡：在一分钟内，参赛者嘴含吸管，把乒乓球从一个盆子里吸移到另一个盆子内。按吸入盆内球的数量来评定成绩。

2. 办法：争霸赛每场 128 人参赛，分成 8 组，每组 16 人，每组前二名进入 16 强，再进行淘汰赛，直至决出冠亚军。

3. 报名：现场报名有效，每个项目限报 128 人，按报名先后顺序参赛。咨询电话：87323058。

4. 奖励：每个项目各取前八名。设一名冠军、一名亚军、两名季军，分别奖励 800 元、600 元、500 元面值体育彩票；第五名至第八名各奖励 60 元面值的体育彩票。

五、体育文化展

1. 体育图片、体育书法作品展。

2. 体育泥人、糖人制作。

六、参加办法

参加者先到报到处领取活动卡，并根据《游戏规则》参加 8 项活动。根据完成的结果评定成绩“再接再厉”或“挑战成功”，并领取相应奖项。

七、奖励办法

(一) 参加者达到 6 个及以上“挑战成功”为金奖；达到 5 个“挑战成功”为银奖；达到 4 个“挑战成功”为铜奖并给予奖励。

(二) 凡参加 3 个以上游戏均有一份参与奖。

(三) 所有奖项当日兑现有效，逾期不予补领。

八、抽奖办法

参加活动并获奖均可以参加现场抽奖活动，每次各抽取幸运奖 10 名，奖励 100 元面值的体育彩票。

抽奖时间分别为上午 10 点、11 点，下午 2 点、3 点，晚上 7 点 30 分。

九、日程安排 (详见右图)

十、交通

(1) 公交车

A. 乘坐 29 路、127 路、352 路、507 路、903 路到宁波文化广场站下。

B. 乘坐 3 路、620 路、907 路到河清路中山东路口或市

行政中心西站下。

(2) 轨道交通

乘坐地铁 1 号线，到海晏北路站下，C 号门出口。

(3) 自驾车

(A) 宁东路自西向东拐进入河清北路，即到。

(B) 中山东路自西向东行驶，可到。

宁波市体育局
宁波市体育总会

日期	时间	内容
10月1日	上午8:00-11:00	建筑模型比赛
	9:20-9:30	热场
	9:31-9:40	开幕式议程
	9:41-10:40	体育表演
	9:00-11:30	趣味游戏
	9:00-11:30	体验活动
	9:00-12:00	体育文化展
	11:00-11:30	模型特技表演
	下午1:00-3:30	趣味游戏
	1:00-3:30	体验活动
	1:00-4:00	体育文化展
10月2日	上午9:00-11:30	趣味游戏
	9:00-11:30	体验活动
	9:00-12:00	体育文化展
	9:30-11:00	体育凡人—百发百中争霸赛
	10:30-11:00	模型特技表演
	下午1:30-3:00	体育凡人—气量非凡争霸赛
	1:00-3:30	趣味游戏
	1:00-3:30	象棋擂台赛
	1:00-3:30	体验活动
	1:00-4:00	体育文化展
	2:30-3:00	模型特技表演
晚上7:00-8:30	体育表演、体育知识竞答、互动游戏	

本版稿件均由宁波体彩中心提供



任选三 二胆全拖 奖上加奖

57元
增至
67元

9月26日起 57元增至67元 奖上加奖