击剑

桌上冰壶球

3~2~1,GO!

“一人一技”全民健身公益技能培训今天正式启动第二季

3~2~1,GO!2019年宁波市“一人一技”全民健身公益技能培训第二季今天正式启动,全年计划培训3万人次。作为市体育局倾力打造的健身公益培训活动,“一人一技”旨在积极推广全民健身活动,培养市民对体育健身的兴趣,也为市民提供科学健身指导。

惠民实事有更多项目加入

宁波市体育局多年前开始推出全民健身公益技能培训,去年打造成“一人一技”专项活动。作为2018年宁波市实事工程内容之一,去年全民健身公益技能培训计划培训2万人次,实际培训3.2万余人次,其中市本级宁波市老年体育活动中心开展公益技能培训336期,培训人数7400余人;宁波市体育中心开展公益技能培训近100期,培训人数6300余人。

“去年,全民健身公益技能培训基地落户宁波市老年体育活动中心,我们总共推出20多项免费体育技能培训,今年对去年开展过的项目进行了优选,又增加了一些新的项目。”宁波市全民健身公益技能培训基地负责人告诉记者,今年希望这项惠民实事让更多的人来参与。

今年已经确定开展培训的项目有30项,分别是:篮球、笼式足球、乒乓球、羽毛球、网球、飞镖、国际象棋、跆拳道、门球、壁球、航空模型、车辆模型、无线电(定向、测向)运动、击剑、体育舞蹈、气排球、棒球、健身瑜伽、无人机、桌上冰壶球、中国舞、地掷球、滑轮(越野滑雪)、运动桨板、空竹、腰鼓、健身健美、健身跑、滑冰、航海模型。

除了市民可报名参加在全民健身公益技能培训基地的免费教学活动外,基地今年还将以“走出去”的形式进行健身培训。“我们会与一些有培训需求的学校、企业等单位联手开展,由专项教练上门免费开班培训。”这位负责人说。

时尚趣味的新兴项目抢眼

今年的培训项目中,壁球、棒球、桌上冰壶球、滑轮(越野滑雪)、运动桨板、滑冰等项目对市民来说都比较新鲜。这些项目也各具特色,比如桌上冰壶球是宁波人发明的,运动桨板可以充分利用宁波的公开水域,滑冰是南方人少见的项目,滑轮(越野滑雪)是走向户外滑雪场的入门课程。

“桨板运动英文全名为Stand Up Paddle,简称SUP,意为站立式划桨。2017年我接触这项运动的时候,全宁波大概不超过50人在玩这个项目,去年我们做了一些推广,让300多人参与了体验。”陈德全是甬城桨板玩家之一,他认为这项休闲运动不远的将来会进入“爆发期”,今年希望通过“一人一技”免费培训,让更多的人来认识和尝试,以后也可以去自然水域“悠游探索”。

“越野滑雪是冬奥会金牌大户,男女各12个小项,24枚金牌,合并上冬季两项(射击和越野滑雪全能赛)、北欧两项(跳台和越野滑雪全能赛),金牌总数超过30枚,约占冬奥会三分之一的奖牌。”滑轮(越野滑雪)项目教练林柯羽说,“三亿人参与冰雪运动”是我国政府在申办冬奥会时向国际奥委会作出的庄严承诺,也是中国百姓向冰雪运动梦想所迈出的至关重要的一步。

滑轮是模拟户外雪地越野滑雪的项目,世界各地大多数专业越野滑雪队都在夏天进行滑轮训练。现在它已经发展成为一项有竞争力的独立运动,由 FIS(国际雪联)参与管理的年度锦标赛在世界各地举行。“今年我们的公益培训将走进校园,让青少年来参与体验。”林柯羽告诉记者,镇海区实验小学、江北新城外国语学校、海曙赫威斯学校等学校已经引入该项目。

其中镇海区实验小学越野滑雪队于去年10月通过公开课招募三到四年级的队员,11月开始训练,如今小队员们已经基本掌握了越野滑雪的技术动作,拥有了可以参加比赛的技术和体能。刚刚过去的这个冬天,他们从宁波商量岗滑雪场,转战黑龙江亚布力雪场、张家口崇礼万龙雪场、北京越野滑雪大奖赛赛道等。“对于南方城市的孩子来说,冰雪运动是一项新鲜的、很有吸引力的运动,可以提高孩子的运动积极性,另外国家冰雪队伍需要大量后备人才,希望以后我们的校园队伍里也冒出优秀的冰雪运动选手,为城市和国家争光。”林柯羽说。

记者 戴斌 通讯员 王露露

全国五人制足球甲级联赛宁波大榭银博取得开门红

本报讯(记者 戴斌) 昨天,2019年中国足球协会室内五人制足球甲级联赛南一区的比赛在山东滨州拉开帷幕,这也标志着新赛季的五甲联赛正式起航。首轮比赛中,宁波大榭银博足球队以4比2战胜湛江万众炜凌队取得开门红。

昨天下午进行的小组赛首轮较量,大榭银博队遇到本组最强对手湛江万众炜凌队。“湛江队是去年五甲联赛总决赛的第五名,开局这场比赛对我们来说很关键。”银博俱乐部总经理钱科峰告诉记者,最终比赛过程也有点惊险:银博队上半场以3比0领先,但是下半场险些被对手追平比分。稳住阵脚后银博队再进一球,把4比2的比分保持到终场。

银博队今年征战五甲联赛的领军球员是五人制国家队前队长耿德旸,宁辰、王振东、马文博、邹峻、杨冬、于心田等队员则是从大连晟威俱乐部转会而来,他们曾在全国性赛事中取得不俗的成绩。另外,李永奎、姚震、初丹、庄健男、孙剑英、张雷、傅宇等队员则是银博队的“老底子”球员。

市“巾帼杯”女子门球赛结束

本报讯(记者 戴斌 通讯员 沈保华) 2019年宁波市“巾帼杯”女子门球赛昨天在宁波市老年体育活动中心门球场举行,来自各区市(县)的11支女子门球代表队参加了比赛。

“巾帼杯”女子门球赛是我市一项颇具影响的市级传统门球赛事,每年3月份前后举办一次。本届比赛每支队伍由领队、教练和8名队员组成,门球女将们挥杆击球斗智斗勇。

经过一天激烈角逐,最终北仑队获得了冠军,镇海队、慈溪队、象山队、江北队、奉化队、高新区队和余姚队分获二至八名。

福彩开奖信息

3D第2019072期:5 2 1
七乐彩第2019031期:07 09 10 12 17 26 28 16
6+1第2019031期:1 8 1 9 2 7 鸡
15选5第2019072期:01 03 07 08 15

体彩开奖信息

大乐透第19031期:03 08 21 26 33 04 05
20选5第19072期:01 05 07 09 14
排列5第19072期:9 2 1 9 8 (均以公证开奖结果为准)

声桥听力 ,“爱耳月”

助听器大型优惠活动

为了感谢您对我们声桥听力的信任与支持,在“爱耳月”之际推出西门子助听器,瑞士峰力助听器,丹麦瑞声达助听器,美国贝尔通助听器,丹麦奥迪康助听器全场大优惠。3月23日(星期六)特邀何老师莅临本中心。现场一对一专业指导,解决听障者的痛苦。

1:特惠机型:原价7300元/台,活动价4750元/台;
2:12通道西门子西嘉助听器活动价只要5000元/台;
3:部分新品高档定制助听器买一送一(数量有限);
4:凡所有选配助听器客户都送进口专用电池半年,并赠送精美礼品一份。
5:凡行动不方便的老年人可以提供上门配助听器服务(不收任何服务费)。

本中心郑重承诺:凡本中心的验配助听器绝对正宗品牌,杜绝假冒,杜绝以次充好,杜绝二次回收再利用。

活动时间:2019年3月20日-4月20日
地址:海曙区中山西门路396号(西门口大卿桥地铁站A出口旁边)
电话:0574-87620145