

“一人一技”体育春晚昨晚上演 每一个爱运动的人都是主角



“一人一技”体育春晚现场。记者 胡龙召 摄

本报讯(记者 戴斌) 1月18日晚,我市全民健身运动的一次大汇演——第二届体彩之夜“一人一技”体育春晚在宁波市老年体育活动中心综合馆进行。作为我市全民健身公益培训品牌活动的年度“汇报”,此次体育春晚演出了少年腰鼓、健身瑜伽、竞技钢管舞、武术、跆拳道等30余个节目,登台表演的都是喜欢运动的市民朋友。

民间体育从来不缺活力,也不乏运动达人。宁波大学学生冯丽就是当下的网红选手,这名身材娇小的女生能做单臂引体向上、单杠漫步、前水平等高难度动作,去年参加《中国达人秀》之后更是名声在外。这次,已经放假回到江西老家的冯丽,专程又回宁波参与“一人

一技”春晚。

8米长的“长龙”舞动起来,还有“叠罗汉”造型……这不是舞龙表演,而是体育春晚上的空竹运动表演。空竹达人叶恒军透露:“我们这次专门做了12条长龙的形状道具,每条8米长,这样表演的时候就更有气势。前几天,央视来天一阁拍节目之后,我们还专门去那个舞台上排练。”

2018年,叶恒军开始参与“一人一技”全民健身公益技能培训活动,并成为“体育使者”推广空竹运动。在他看来,抖空竹既有足够的趣味性,也对身体协调性,特别是颈椎、腰椎等部位有很好的锻炼作用。如今借助“一人一技”平台,空竹也进入了更多的学校和社区。

“一人一技”全民健身公益

技能培训始于2018年,是我市体育部门推出的大型公益培训活动,旨在倡导市民能够熟练掌握一项体育锻炼技能,呼吁市民培养健身理念、倡导健身好风尚,学会科学健身、掌握健身好方法。2019年,“一人一技”培训项目增加到31项,市体育中心、市老体中心共开展公益培训499期,受益人群约18200人。

据了解,市全民健身公益技能培训基地目前联合“拇指体育”,打造了“一人一技”智慧平台——官方报名通道。该智慧平台能使百姓实现自助选择机构场馆培训、观看动态、参与报名、教练代课预约等功能,同时创新“管”“运”兼容体系,实现多机构与场馆间的业务联运,统一管理。

她剪了500多个“老鼠” 新宁波人魏晓红办了场“鼠相”剪纸贺岁展



魏晓红和她的剪纸作品。

本报讯(记者 俞素梅) “从没剪过这么多老鼠!我的每一幅剪纸作品中都有一个故事……” 1月18日,“鼠相”剪纸贺岁展在位于月湖畔的大方岳第群星展厅开展,这也是魏晓红的首场个人作品展,这位新宁波人带来了全新风格的剪纸。

魏晓红出生在内蒙的包头市,父母都是知识分子,父亲擅长书画,母亲心灵手巧,织毛衣、做鞋、做棉衣等各种女红无一不精。魏晓红的艺术启蒙,就来自于家庭环境。她告诉记者:“初中时候,我妈给邻居结婚剪喜字,忙不过来了,便叫我和妹妹一起剪,我妹妹没剪两个就溜走了,我却越剪越有兴致,还把方头剪成圆头等变花样。我的剪纸启蒙就是

这样开始的。”

工作后成了一名小学老师,画画、剪纸这一爱好一直伴随着她,有一段时间负责学校宣传栏的内容设计,她便自画自剪,把宣传栏制作得琳琅满目。21年前,魏晓红跟随丈夫一起调到了宁波工作,成了一个新宁波人。她充分发挥自己的特长,不仅成了宁波市剪纸传承基地传承人,而且也是宁波市教育局教研室剪纸教研组负责人。

此次是魏晓红首次举办自己的个人作品展。为此,她花了一个半月的时间,全新创作了70多幅剪纸,每幅都有老鼠,小至扇面,大的则有一米多长,从中精选了50多幅展出,共有大小子鼠500多个。

打造市民理想中的自家书房 宁海新华书店 “正学书房”开业

本报讯(记者 朱立奇 通讯员 胡燕) 1月18日,宁波宁海新华书店“正学书房”正式开业。这家位于西子国际商业圈的新华书店以“崇正学、长正智、明正道、修正德、启正思、创正业”为理念,积极推广本土文化,弘扬方孝孺读书精神,旨在打造有宁海人文特色的自家书房,成为读书种子的孵化地。

记者在现场看到,书店的装修风格简约大方,店内设计新颖时尚美观。其中,展示宁海本地文化特色是书店的一大亮点。通过展示宁海本土作家作品专柜,设置宁海基调的宣传画,向外界积极推广当地文化,让读者充分感受到宁海文化的魅力。



让酒店与艺术 进行一次深情拥抱 墨憩艺术中心 新年艺术展在甬开幕

本报讯(记者 朱立奇 通讯员 陈聪燕) 1月18日上午,“墨意无间·幻新”墨憩艺术中心新年艺术展在南部商务区的墨憩酒店举行。

本次艺术展除了传统的雕塑、绘画等展示方式,还别具匠心地结合影像、新媒体等一系列当代艺术品,以展映、放映等互动的形式,用丰富的设计语言展示出当代艺术作品的时代魅力,为观展市民呈现了一场免费的视觉盛宴。

据了解,本次艺术展是由青藤酒店集团墨憩艺术中心、宁波大学校友会、新颜文化联合主办,徐文涛、邓涵、范楚婧、鞠腾、颜娟子、王晨航、吴金、周罡等多位当代艺术家与参展作品一起悉数亮相。

福彩开奖信息

6+1第2020008期:5 7 2 9 4 4 猪
3D第2020018期:6 2 3
15选5第2020018期:04 05 08 09 10

体彩开奖信息

大乐透第20008期:
14 17 19 24 32 01 06
20选5第20018期:08 10 12 15 18
排列5第20018期:5 8 5 1 1
(均以公证开奖结果为准)