

白领下楼就能运动、露营、轰趴！

外滩诞生 4300m²都市运动中心

本报记者 丁荣

下班,走出办公室,下楼就能运动、露营、休闲?没错!在我国第15个全民健身日(8月8日),2023年“鑫动黄浦 魅力滨江”黄浦区8·8全民健身日系列活动暨外滩金融都市运动中心开业仪式举行,申城第一家利用地下空间打造而成的都市运动中心外滩金融都市运动中心正式迎客。

本次活动旨在贯彻落实全民健身战略,激发黄浦区居民、企业员工参与体育锻炼的积极性和主动性,提升全民身体素质和健康水平。黄浦区副书记、区长沈山州,上海市体育局一级巡视员赵光圣,黄浦区人民政府副区长袁园及入驻“金融南外滩”的九家企业代表等出席活动。

作为黄浦区政企融合的亮丽名片,并且集运动、休闲与餐饮为一体的新型体育服务综合体,外滩金融都市运动中心当天正式投入运营。该中心位于海通恒信大厦地下空间,占地面积达到4300平方米,其中既有健身房、操舞室、搏击馆、篮球场、羽毛球场,又有射击、射箭等现代感与科技感融合的游艺项目,还有独特设计的室内露营场景,让金融企业白领推开电脑桌,马上就能转换到轻松的露营场景,或是来一场酣畅淋漓的搏击操。

上海正在建设全球著名体育城市,作为新时代上海面向全球的“心脏、窗口、名片”,黄浦区正在全面建设社会主义现代化国际大都市核心引领区。根据辖区地域面积小、人口密度大的特点,近年来黄浦区重点发掘城市“金边银角”附属空间,打造一系列市民身边的公共运动空间。外滩金融都市运动中心所处的地下空间原本是一块闲置空间,黄浦区政府主要领导经过调研后,以超前的思维和长远的眼光决定将这片场地用于打造配套体育空间。在黄浦区体育部门、街道、国企、民企的多方联手



下,通过反复打磨,历经一年半时间,成功地在南外滩这片外滩金融的“金腰带”镶嵌了一处体育新地标。

滨江贯通后,本着“把最好的资源留给人民”的理念,黄浦区体育局聚焦外滩金融白领的多元化健身需求,鼓励民营资本在外滩腹地筹资建设体育设施。中心建成后,黄浦区体育局与场馆运营方落合体育对楼宇内金融企业白领的需求进行了深入调研,围绕金融企

业白领“工作压力大,生活节奏快”的痛点,将都市运动中心定位于绿色健康生活的平台,让白领在这里慢下来。亲近自然。中心的设计以大自然绿色风貌为主基调,既有森林场景,也有鱼缸、竹石和亭间石子路等场景,让人仿佛置身于田园,不论是躺下,还是坐下喝茶都如同是在露营。中心的餐饮以少油、少盐的轻食为主,同时配置搏击、射击、射箭等解压性体育项目。值得一提的

是,该中心将都市运动中心与小东门市民健身中心合二为一,形成了根植楼宇、服务白领、联通街道、辐射全区的多元化功能。未来这个充满都市运动气息的体育新地标将为健康向上的生活方式搭建更好的平台,让“金色”南外滩更加熠熠生辉。

据了解,2023年黄浦区8·8全民健身日系列活动包含丰富多彩的公益运动课程,活动当天白领职工在忙碌



的工作之余走进健身房、操舞室,也有街坊邻里走出家门,来到篮球场、羽毛球场,更有年轻时尚的运动达人在光影交织的洛克公园轰趴营地中体验现代感与科技感融合的游艺项目。随着健身活动的丰富、全民健身知识的普及,如今运动健康的理念根植在每个人的心中。全民健身理念在与年轻血液和新兴运动的碰撞与融合中迸发出新的生命力。

■ 短讯

老爷叔跳广场舞获“最佳创意奖”



8月8日,2023年上海城市业余联赛第七届社区体育“一街(镇)一品”展示比赛在松江体育馆举行,来自全市14区的15支队伍参赛。

本次比赛中内容丰富,既有体育非遗项目,又有群众团队创编的各类项目,体现“一街(镇)一品位,一街(镇)一特色,一街(镇)一文化”。徐汇区漕河泾街道广场舞队清一色都是老爷叔,他们带来的《摇滚上海》获得最佳创意奖。

据团队负责人吴建国介绍,这支男子舞蹈队成立于2010年,由社区体育爱好者组成,他们年轻时都有少年官、工会、部队文艺兵等经历。街道为他们请来了徐汇区文化馆专业老师进行指导,他们每周固定训练两次。

2019年,这支队参加了全国中老年春晚春晚展演。

从民族舞、古典舞到现代舞,再到现在的广场舞,十年来,这批老爷叔不仅代表街道在各类比赛中获得佳绩,更收获了健康;三高少了,慢性病药也减量了。“从成立时我们平均年龄62岁如今我们一半已经70岁以上,我们觉得越运动越年轻!”

杨浦这场赛事让商圈燃动起来

8月11日,2023年“兴业银行杯”上海城市业余联赛“韵动杨浦·秀出来”上海市民室内健身嘉年华在五角场商圈的下沉式广场举行,让五角场商圈燃动起来。

作为今年杨浦区全民健身主题周的压轴大戏,主办方破天荒地将跑步机、健身团操和私教课程这些市民健身驿站内的运动项目搬到了五角场商圈彩蛋下的露天广场。

跑步机上的迷你马拉松、动感炫酷的时尚团操、现场体验健身私教……在杨浦地标——五角场巨蛋璀璨灯光的映衬下,在人头攒动的下沉式广场,参赛市民们在跑步机上挥汗如雨,和着动感的音乐尽情摇摆,形成了杨浦区

另一处亮眼的“体育秀带”,完美展现“韵动杨浦·秀出来”的理念。

上海体育大学学生孙明月十分享受参与的乐趣。作为上海体育大学的学生,她曾多次逛五角场商圈,这是她第一次看到运动版的五角场商圈。“感觉今天的五角场是我们体育的‘主场’,音乐与运动相结合,再加上商圈的人流,氛围真好。”



“仙霞杯”市社区桥牌邀请赛人气高

8月10日,2023年“兴业银行杯”上海城市业余联赛暨乐动长宁“仙霞杯”上海市社区桥牌邀请赛在延安初级中学举行,来自全市的300多名桥牌爱好者参赛。

本次比赛由长宁区体育局、仙霞新村街道办事处主办,长宁区体育总会、长宁区体育管理事务中心、长宁区

桥牌协会、长宁区仙霞社区体育俱乐部承办,比赛设置了老年组和公开组两个组别,为申城桥牌爱好者搭建了以赛会友的舞台,前来参赛的选手络绎不绝。棋牌项目在长宁区仙霞街道有了深厚的底蕴,自2018年“仙霞杯”升级成为上海城市业余联赛系列赛后,至今已连续举办六年,该赛事已成为申城的一项桥牌品牌赛事。

“天山杯”气排球赛举行

8月10日,2023年“兴业银行杯”上海市城市业余联赛暨“太安财险杯”上海市老年人体育联赛 乐动长宁“天山杯”活力之夏气排球公开赛在虹桥体育公园正式拉开帷幕,有35支代表队的近300人参赛。

当昂扬的旋律响起,拼搏的精神被激情点亮。拦网、扣球、吊球、后撤接球……气排球在球网之间跳跃飞舞。“好球”“漂亮”“精彩”等现场呐喊声、喝彩声、助威声此起彼伏,充分展示了运动员们积极向上、拼搏进取的精神风貌。35支队伍将在为期两天的赛程里,展开激烈角逐,最终产生冠亚军。

老年人体育工作是公共体育服务和为老服务的重要组成部分,对于提

升老年群体健康水平具有重要作用。天山路街道以此次赛事为契机,进一步扩大“天山杯”气排球赛事影响力和知名度,引领更多活力老人参与体育活动,让每一位老年体育爱好者都能老有所为、老有所乐,在全社会形成尊老、敬老、爱老、助老的浓厚氛围。

最爱美兰湖 赛事促旅游 宝山探索“体育+消费”新场景

8月12日,2023年中国体育彩票全国青少年皮艇划艇锦标赛在宝山区美兰湖开幕。作为全国最高级别青少年比赛,本次共有来自全国19个参赛队伍的144名选手将在各组别中展开激烈角逐。

比赛期间,美兰湖国际会议中心酒店房间已经预订满,周边酒店预订量也有明显升高。赛事的举办不仅推动皮艇划艇运动发展,也带动了周边旅游业的发展。

下一步,宝山将持续引入高水平、高能级的体育赛事活动,通过积极引入品牌赛事,推动体育与旅游、酒店、商业、景区等联动,向全国展现宝山体育形象,更好发挥体育对文化和旅游消费的拉动作用,让“体育+”成为新时尚,为宝山城市发展提供强劲动力。