

“大手牵小手”乒乓球赛暨老乒委40周年活动举行

老少同台 银龄挥拍话传承

10月18日,2025年上海市第八届“大手牵小手”趣味乒乓球比赛总决赛在上海体育宫举行,来自16个区以及外国友人共291名选手参赛。比赛期间,同时举办了上海市老年人体育协会乒乓球委员会成立40周年纪念活动。

中国老年人体育协会副主席、上海市老年人体育协会会长戴健,上海市体育总会常务副主席赵光圣,上海市老年人体育协会常务副会长袁辽新,上海市社区体育协会会长、中国乒乓球学院院长施之皓等领导出席开幕式。

专题撰稿 本报记者 丁荣

祖孙一起上球台 银龄志愿者传帮带

赛场上,60余对“大手”与“小手”搭档的组合成为焦点。参赛者年龄跨度从6岁孩童到75岁以上长者,通过计数赛、团体对抗赛等趣味项目展开角逐。在限时推攻球计数赛中,家长与孩子默契配合,孩子们专注击球的身影与家长耐心指导的场景交织,现场掌声与欢呼声此起彼伏。“比赛规则强调协作而非胜负,很多家庭在推球过程中笑料不断。”赛事负责人介绍,自2018年创办以来,该赛事已连续举办八届,成为上海市老年体育协会推动“一老一小”群体参与乒乓球运动的标志性活动。今年首次引入外籍亲子选手,更彰显了赛事的国际化与包容性。在活动现场举行的“银龄志愿者授旗仪式”是此次庆典活动的又一个亮点。新成立的银龄志愿者服务队由热心老年乒乓球事业、具备一定专业能力和奉献精神的老年朋友组成的志愿者队伍,未来将深入社区、基层活动点,开展乒乓球技能指导、赛事服务、

健康知识普及等活动,以“传、帮、带”的形式,进一步激发更多老年人和青少年参与乒乓球运动。

中国老年人体育协会副主席、上海市老年人体育协会会长戴健指出,近年来,老年群体的体育需求已呈现多元化、多层次、高品质的趋势,老体协要通过举办赛事、培训、健身指导等一系列活动,帮助老年群体实现健康老龄化。



施之皓(左)与启蒙教练王一玲合影



比赛期间,上海市老年人体育协会乒乓球委员会成立40周年纪念活动在上海体育宫会议室举行,著名乒乓球国手、老乒委历任委员、老运动员、老教练员齐聚一堂忆往昔,话今朝。

上海是中国乒乓运动的发源地,更是乒乓世界冠军的摇篮,上海市老年人体育协会老年乒乓专委会自1985年成立至今,已有40年历史。年逾九十七的老乒委创始人李连生先生通过小视频,向全体与会领导和嘉宾致意和祝福,给大家带来惊喜。随着主题视频《银球跃动四十载,薪火相传谱新章》的播放,使大家仿佛又回到那激情燃烧的岁月。

“在座的周指导是我的启蒙教练!”上海市社区体育协会会长、中国

寻根问脉四十载 传承辉煌开启新征程

乒乓球学院院长施之皓激动地向恩师问好。周一玲曾在1961年入选国家乒乓球队,师从孙梅英、容国团、薛伟初,专攻弧圈球,被称为中国女子弧圈第一人。在第28届乒世锦赛中,她战胜苏联头号选手鲁德诺娃,名震国际乒坛。上世纪70年代末,上海恢复乒乓球项目训练,成立了上海市少年乒乓球集训队,由周一玲担任教练,当时这批队员中就有施之皓。“施之皓从小就表现出了乒乓的天赋,后来他进入

八一队、国家队,成为世界冠军,后来当教练又带出了一批奥运冠军,实现了我的梦想!”

上海市老年人体育协会乒乓球委员会将继续秉持初心,依托赛事创品牌,依托服务赢信任,依托创新谋发展,不断完善组织建设,丰富活动内涵,提升为老服务水平,推动本市老年人乒乓球运动向更高水平、更广范围、更深层次发展,为助力健康上海、积极应对人口老龄化贡献更大的“乒乓力量”。

市青少年铁三锦标赛圆满落幕 竞技砺锋芒 少年展风采

本报记者 丁荣

10月18日,2025年上海市青少年铁人三项锦标赛在金山城市沙滩顺利收官。作为本市青少年铁人三项较高级别的赛事,本次锦标赛不仅是对铁三青少年运动员竞技水平的年度大考,更是上海落实“体育强基健体育人”专项行动、贯通优秀体育人才培养链的重要实践。

本次锦标赛由专业赛事运营团队精心筹备,设置三个竞赛组别:半程(游泳0.75公里、自行车20公里、跑步5公里)、短距离(游泳0.5公里、自行车10公里、跑步3公里)和超短距离(游泳0.3公里、自行车10公里、跑步2公里)。赛事汇聚了全市各区选拔产生的40余名精英选手,都是上海各个区域脱颖而出的种子选手。

随着发令枪响,各个组别选手相继入水,拉开赛事战幕。在游泳赛段,选手们以标准划水动作劈波斩浪,展现出系统训练积淀的专业素养。换项区里,运动员迅速完成头盔佩戴、车辆调试等系列动作,每一秒的精准把控都彰显着“细节决定成败”的竞技智慧。

自行车赛段沿金山城市沙滩海岸线展开,小选手们保持着紧凑的骑行



节奏,在弯道处精准把控车身姿态,直道上全力冲刺加速,车轮驶过之处扬起青春劲风。最后的跑步赛段成为意志比拼的终极战场,部分选手虽已体力透支,但仍坚持保持摆臂频率,用坚定步伐诠释着“永不言弃”的体育精神。

经过多轮激烈角逐,各组别冠亚军悉数产生。A组:男子组唐宇承、张梓睿、邵峻熙分列前三;女子组吴昕仪、李思颖、范一诺斩获殊荣;B组:男子组 Grissom James Plaspohl、范允焉、祝恺承登顶领奖台;女子组黄雯

歆、徐子欣、刘乃铭脱颖而出。C组:男子组刘奕霄、杨子辰、王誉杰摘得奖牌;女子组施偌怡、陈俊晔、陈颢嘉站上领奖台。C-组:男子组张颢腾、林昊楠、李羽霆获得前三。

本次锦标赛的成功举办,是上海深化“体教融合”与“社会协同”发展模式的生动实践。

2025年上海市青少年铁人三项锦标赛不仅是一场体育竞技的较量,更是一次心灵的洗礼与成长的见证。它让小铁人们在挑战中学会了坚持与拼搏,在汗水中收获了快乐与成长。

助力自由式小轮车人才培养 首次举办市级锦标赛

本报记者 李一平

10月19日,2025年上海市青少年小轮车锦标赛在杨浦区新江湾城SMP滑板公园拉开序幕,共有来自全市的60余名青少年运动员报名参赛。

赛事共分为A、B两个组别,共设男子公园赛、竞速赛和女子公园赛、竞速赛,比赛年龄覆盖6岁至18岁。

一年前,奥运会资格系列赛燃动上海,中国队的三名姑娘联袂包揽前三名。在此之后的巴黎盛夏,18岁的邓雅文更是带来惊喜,在自由式小轮车项目中勇夺金牌,实现了中国在该项目上的“零的突破”。目前,上海市小轮车注册运动员数量已从两年前的几十人激增至如今的280余人。在项目人数爆发式增长的态势下,科学训练、完善竞技体系,成为小轮车项目规范发展的必由之路。

今年,是上海首次举办市级的青少年小轮车锦标赛,标志着上海小轮车项目从“普及”迈向“竞技”的跨越式发展。在之前,大多数参与自由式小轮车赛事的运动员都是依靠跨项选材而来;现在,越来越多自由式小轮车运动员开始从青少年时期成长,为自由式小轮车运动的发展打下更坚实的基础。

有了更多的青少年参与,接下来要解决的问题还在于如何匹配相应的青训教练员缺口。上海市极限运动协会的相关负责人介绍,从2023年开始,协会就已经开始着手教练员的培训计划。与传统的体育项目不同,自由式小轮车的训练大多依托于社会俱乐部办训,据统计目前上海市已经有近20家青少年俱乐部开始参与自由式小轮车项目的办训、培训工作。针对这部分俱乐部,上海市极限运动协会积极开展教练员培养计划,目前已经培养了一批具有资质的教练员。未来,上海市极限运动协会还计划进一步丰富自由式小轮车项目的竞赛体系,一点点搭建起少儿联赛、青少年俱乐部联赛和最高级别的市级锦标赛的金字塔竞赛体系,助力项目人才选拔。

在2025年上海市青少年小轮车锦标赛开幕的同时,在上海徐汇滨江,2025 FISE城市运动嘉年华上海站也正在火热上演。极限运动这项潮流、时尚的体育项目正越来越受到上海市民的了解和喜爱,一位带孩子前来参赛的袁先生表示,比赛结束后就将带着孩子去看FISE的比赛,“希望越来越多的人能喜欢上这个项目,这个项目对孩子来说有最纯粹的快乐。”