



进一步推动“15分钟体育生活圈”建设

市体育局超额完成 “为民办实项目”



本报记者 李一平

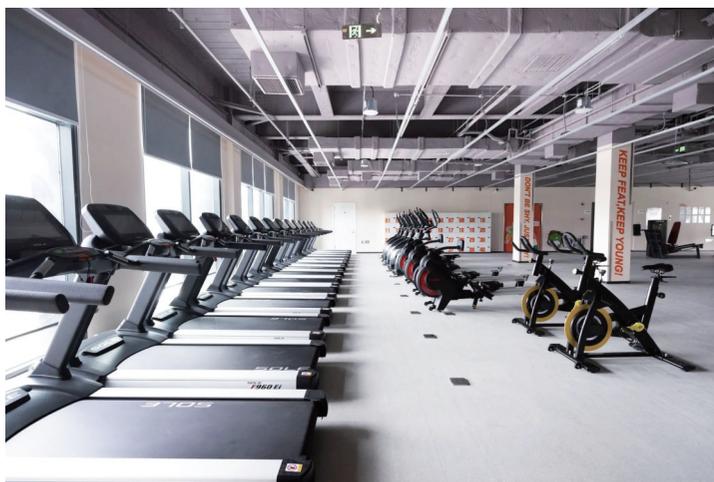
今年,由市体育局牵头的五项目为民办实项目包括“新建社区市民健身中心30个,新建和改建市民健身步道60条、市民益智健身苑点600个、市民(职工)健身驿站60个、市民运动球场150片(其中羽毛球场100片)”。截至10月底,全市已完成“新建社区市民健身中心30个,新建和改建市民健身步道62条、市民益智健身苑点605个、市民(职工)健身驿站74个、市民运动球场182片(其中羽毛球场100片)”,超额完成全年相关建设任务。

步行健身是市民最简单易行的体育锻炼方式,不需要器材,在家门口就能锻炼身体,享受健康生活。

今年启用的周浦体育中心“彩虹”健身步道虽开放不久,但已成为了周

边居民纳凉、跑步、遛弯的好去处。该健身步道位于周浦体育中心,四周全长约1300米,包括了西侧沿小沥港路步道,北侧沿祝家港路步道,东侧沿周浦体育中心围墙外侧,南侧沿繁荣路市政步道,实现四周环通多条彩色步道将周浦体育中心环抱其中。步道每50-100米设有里程标志牌,温馨提示步行距离,方便居民控制速度。步道两侧更增设了太阳能充电座椅、灯具照明等便民设施,让居民在健身锻炼的同时既可休息又可免费充电,更加安全、方便。

周浦镇相关部门表示,将持续推进体育设施、健身步道等项目建设,努力为居民提供更多的活动场所,进一步扩大文体矩阵,不断丰富市民运动需求,为百姓健康生活“加码”,为打造健康浦东助力。



如果说健身步道是上海“15分钟体育生活圈”的“血管网络”,那么分布在各个社区,数量更加庞大的市民益智健身苑点就是“细胞”。刚刚启用的长宁区新泾一村泾彩园市民益智健身点配备多个智能体育设施,兼容休憩、运动、社交等功能,受到广大居民的点赞和好评。

新泾一村泾彩园市民益智健身点是长宁首家智慧健身苑,将新一代信息技术与运动健康技术相结合,充分满足“智能化、全龄化”的新时代运动需求。健身点免费对外开放,所有训练器材均可免费使用。“新添了这么多智能健身器材,大家闲暇时都爱来体验和锻炼。”居民徐爷爷笑着说道,“现在跟着器材标注的姿势图例和使用方法,就能正确、安全地运动,十分受用。”

如果想更进一步进阶健身锻炼,那么目前上海正在推进建设的社区市民健身中心无疑是最好的去处之一。今年3月,杨浦区新江湾城街道新添一座社区市民健身中心,新江湾城社区市民健身中心位于国泓路392弄城投宽庭·江湾社区1号楼4楼,中心面积超1300平方米,以中青年职业人群运动健身为重点,同时积极推动青少年体适能发展、女性健康管理服务,打造高品质、高标准的社区健康服务场所。

近年来,上海市体育局不断破题、解题、答题,积极探索“体育+”的有机融合,通过为民办实项目的逐年落地,上海的“15分钟体育生活圈”越发完善,扎实推进全民健身工作和基层治理试点工作,形成公共体育事务基层治理现代化的“上海做法”和“上海样本”。

能真正上冰的次数其实是变少了。这回滑冰总决赛新增了单人冰舞项目,给了我新的机会,也看到了更多可能。”

此番新增的单人冰舞项目,为了方便更多滑冰爱好者参与,这回办赛方也是特别分出了甲组(2010年7月1日之前出生,性别不限)和乙组(2010年7月1日之后出生,性别不限)。

在滑冰总决赛的舞台上,初来乍到的项目还有冰上传承组。从自然条件来说,上海属于是少冰少雪的城市,但在市场发展和“北冰南展西扩东进”的联合作用下,国内不少在役或已退役的花样滑冰运动员都选择来申城发展。正是在年复一年的人才汇聚后,就诞生了像“冰上传承组”这项的设置。“冰上传承组参赛组合需为花样滑冰从业者或退役运动员与有亲属关系的家人进行组合。”看看,这一条可是明明白白写在了报名须知上。据记者了解,此次滑冰总决赛上的冰上传承组,它也是全国范围内首次创设的特色组别。

另外值得一提的是,虽然滑冰总决赛的比赛日就11月2日至3日这两天,但为了方便更多市民参与,在今年6月时,办赛方还组织过市民运动会滑冰项目的市级选拔赛。

■短讯

“我们天生向上” 静安掀起全民健身热潮

11月2日,备受瞩目的“2024上海国际体育潮流文化节”在安义路盛大启幕,本次文化节以“我们天生向上”为核心主题,精心策划“悦、汇、赛、动、潮”五大板块,旨在引领时尚体育新潮流,推动商旅文体展深度融合。

11月2日上午10点开始,安义路变身“安义体育巷”,共设置“轻松运动”“热汗运动”“核心运动”“趣致运动”四个区域板块,为来到静安的市民朋友们提供了包括 Spikeball、匹克球、剑玉、平衡板、疾风飞驰、Crossfit、Body Combat、极限投篮、迷你高尔夫等数十种单项及综合的体育潮流运动体验,团课区域更由国际顶尖机构教练带领都市运动潮人们在安义路中心区域挥汗如雨,共同向大家传递出蓬勃向上的力量与运动带来的朝气与活力,营造都市体育新风尚。

本次2024上海国际体育潮流文化节自11月2日启幕,将持续至12月15日,更多精彩板块及内容,将持续呈现,不断掀起全民健身与消费的热潮。

“国球三进”闵行区分站赛落幕 七宝镇获冠军



10月27日,2024年上海市“国球三进”系列争霸赛暨上海市“国球进社区”闵行区争霸赛在七宝市民健身中心乒乓球馆成功举办。本次比赛吸引了来自闵行区的10支队伍,共计95名乒乓球爱好者热情参与,共同上演了一场精彩纷呈的乒乓盛宴。

本次争霸赛采取混合团体赛的形式,设置了混双、男双、女双、男单和女单项目,旨在全面检验参赛选手的技术水平和团队协作能力。经过激烈角逐,最终七宝镇代表队凭借出色的发挥和默契的配合,成功夺得本次争霸赛的冠军;梅龙镇代表队紧随其后,荣获亚军;浦江镇代表队则获得了季军。此外,华漕镇、江川路街道、虹桥镇和古美路街道的代表队也表现出色,荣获了优胜奖。

“国球三进”崇明区争霸赛落幕 竖新镇获得冠军



10月27日,2024年上海市“国球三进”系列争霸赛暨上海市“国球进社区”崇明区争霸赛在欣诚乒乓球馆圆满举行。本次比赛吸引了来自崇明区11支镇代表队的97名乒乓球爱好者参赛,共同上演了一场精彩纷呈的乒乓盛宴。

本次争霸赛采取混合团体赛的形式,设置了混双、男双、女双、男单、女单项目,为参赛选手提供了展示球技和交流技艺的广阔舞台。经过一整天的激烈角逐,最终,竖新镇代表队凭借出色的发挥和默契的配合,成功夺得本次争霸赛的冠军;港西镇代表队紧随其后,荣获亚军;庙镇代表队则获得了季军的好成绩。

本报记者 章丽倩

四年前,上海市民运动会首度设立了滑冰总决赛四年后,在经历了北京冬奥会的热度洗礼和长效余温后,上海市民运动会滑冰总决赛的20版本也交上了一份满意答卷。11月2日至3日,上海市第四届市民运动会滑冰总决赛在南翔全明星滑冰俱乐部举行,共有来自15个代表单位的60多名选手参赛。

从赛事的年龄覆盖面来看,单人滑少年组别和单人冰舞组别的最低报名年龄都是14周岁(具体为2010年7月1日之后出生),另外,总决赛又设有单人滑青年组、单人滑成人组、冰上传承组、多人趣味滑冰表演组等。所以,14周岁以上且爱好滑冰的市民,其实都有报名空间。根据记者的观察,此次获得总决赛名额的选手中,既有以滑冰为乐趣的业余爱好者,也有常年活跃在赛场上的运动员们。

此次滑冰总决赛的设项新意很值得一说。以往提到冰舞,大家的印象可能都是一男一女结伴而滑,但其实在近几年中,单人冰舞已在国际爱好者中渐渐流行起来。今年可以说是单人冰舞项目进入国内市场的第一年,而在这回的滑冰总决赛上,不少人就

市民运动会热度延续 滑冰总决赛喜迎2.0



有了尝鲜体验。

四年前,邹奕炜在市民运动会滑冰总决赛上成为了女子单人滑少年乙组的冠军,这一次她再度回到熟悉的赛场,不过挑战的项目已经换成了

单人冰舞。从四年前的单人滑金牌,到这回的单人冰舞金牌,已是一名高中生的邹奕炜有些感慨,既觉得自己跟这项赛事有缘,也庆幸自己真是赶上了好辰光。“随着学业压力的增加,