



乒乓聚世界,健康向未来。10月15日,2026年世界乒乓球健康嘉年华(上海)新闻发布会在上海交通大学霍英东体育中心举行。

专题图文 本报记者 李一平

银球联结四海 共赴乒乓健康之约

本届世界乒乓球健康嘉年华(上海)将于10月20日至25日在上海交通大学霍英东体育中心举行。活动以“乒乓聚世界,健康向未来”为主题,包含2026年世界阿尔茨海默乒乓球锦标赛、2026年世界帕金森乒乓球锦标赛两大核心赛事和一项学术研讨大会——2026年世界乒乓球健康大会。

10月20日,国际乒联主席佩特拉·索林将亲临上海出席健康嘉年华开幕式并致辞。10月17日至18日将举办赛前训练营,10月21日至25日进行各项正赛。不同于以往乒乓球赛事,世界乒乓球健康嘉年华搭建起全球特殊群体乒乓球运动交流平台,参赛者是一群勇敢面对疾病的乒乓球爱好者。来自24个国家和地区的226名运动员将亮相单打、双打、混双及安慰赛多个项目。赛事全程兼顾竞技性与参与性,让每一位参与者都能在挥拍中收获自信、联结同伴,展现帕金森、阿尔茨海默病患者奋勇参赛的精神风貌。

赛事外场还将设置面向公众开放的趣味乒乓互动区和公益画展,八个健康主题游戏站点,打破赛事的专业壁垒,让不同年龄、不同身体条件的市民都能挥拍体验,感受“乒乓促健康”的独特魅力。

第二十九届“长寿杯”决赛落子 重阳佳节楚河汉界再聚首

本报记者 丁荣

10月16日,2026年上海社区健康运动会第二十九届“长寿杯”上海市老年人象棋赛决赛在上海棋院二楼大厅正式开赛。来自全市22支代表队的近百名老年棋手再度聚首楚河汉界,在方寸棋盘间以棋会友、乐享对弈,共同赴这场属于上海老年棋友的年度之约。

始创于上世纪80年代的“长寿杯”,是上海老年体育文化中一张历久弥新的金名片。赛事至今已连续举办至第二十九届,始终坚持“老有所乐、以棋会友、传承国粹”的核心理念,以象棋为载体,将传统智力运动与老年健身乐趣深度融合,多年来深受上海老年棋友的喜爱。象棋特级大师胡荣华曾亲切地将这项赛事称作上海老年棋友专属的“长寿节”,足见其在本地老年棋迷心中的分量。

走过近30年发展历程,“长寿杯”赛事规模持续壮大,赛事门槛始终保

持开放包容的姿态,面向全市所有社区街道、象棋俱乐部敞开报名通道,只要是热爱象棋项目的老年爱好者,都能站上这个赛场切磋交流。本届赛事举办当日恰逢敬老节,距离重阳佳节也仅有数日,这场以棋祝寿的智力盛会,本身就是送给全体老年棋手最具心意的节日礼物,组委会在开赛现场向所有参赛选手送上了“以弈传情、棋乐安康”的美好祝愿。

从早年单场仅12支队伍参赛的小型交流活动,到如今近百人齐聚的银发棋友盛会,“长寿杯”变的是不断扩容的棋盘方阵,不变的是一代代老年棋友对象棋运动那份纯粹的从容与热爱。本届赛事预赛阶段先后在黄浦区、嘉定区分三站举行,全市共有46支队伍的数百名棋手报名参与基层角逐,经过多轮积分赛的层层筛选,最终22支实力强劲的代表队成功突围,站上了本次决赛的赛场。决赛现场,银发棋手们凝神落子、沉着布局,每一步

邂逅乒联百年 亚洲首秀亮相申城

帕金森、阿尔茨海默病患者参与乒乓球运动。”目前,上海已经有超过200名特殊人员参与乒乓球运动。

今年8月,“一道乒、乒乓响”2026上海乒乓球嘉年华圆满收官,活动从社区弄堂延伸至商圈景区,覆盖银发球友与少年小将,在全市掀起了全民参与乒乓运动的热潮。由国际乒联终身名誉主席徐寅生发起,中国乒乓球协会主席王励勤倡导的上海“乒乓战帕”帕金森乒乓球公益项目,近年来在申城持续深耕,先后举办了多场体医

体医融合新篇 盛会展现长久力量

不同于以往乒乓球赛事,世界乒乓球健康嘉年华搭建起全球特殊群体乒乓球运动交流平台,参赛者是一群勇敢面对疾病的乒乓球爱好者。

发布会现场,奥运冠军阎森获颁嘉年华推广大使荣誉奖牌并与球友代表共同挥拍切磋。值得一提的是,现场与阎森切磋乒乓的两位都是退休的上海帕金森老人,打得有模有样。

“小时候我就很喜欢乒乓球,退休以后我得了帕金森,为了协助治疗,我又重新拾起了乒乓球这项运动。”帕友陈乐表示,帕金森疾病控制最主要是心态稳定,现在有这项他们也能参加的比赛,让帕友们也能享受体育快乐,“我们对生活充满了信心。”

“刚刚和两位帕友一起切磋了一

会儿,能看到帕友们虽然走路时有些发抖,但拿起球拍来打得特别好。”阎森与帕友现场互动后表示,作为一名乒乓人,他很开心看到乒乓球作为一项体育运动能走入大众百姓的生活。“现在大家都注重健康,无论对我们老年朋友还是年轻朋友,一起打打乒乓能很好地促进身心健康。”

上海市社区体育协会的社区体育指导员将同步参与比赛工作,为运动员提供保障支持,拓宽社区体育指导员服务边界。

赛事与大会的联动,创新打造了“体育+医疗+科研+公益”融合场景,深化体医卫联动,把国际赛事热度转化为全民运动康复科普传播效能,讲好体医融合的上海实践故事。



阎森与帕友乒乓球互动



棋友每年最盼望的固定安排。每次带队参赛,许有富都会随身带着相机,不仅给自己队伍的选手记录赛场瞬间,也主动给其他参赛队伍拍照留影,退休后一直坚持做象棋运动的民间宣传推广。“下棋最要紧的就是心态放平,这本来就是一件让人开心的事,心情舒畅了,人自然就精气神十足。”许有富笑着说。

本届比赛由上海市体育局指导,

上海市象棋协会、上海市社区体育协会、新民晚报社主办,上海单霞丽智力运动发展中心承办,上海智秤体育赛事策划有限公司协办。如今这项延续近三十年的品牌赛事,早已不只是单纯的智力竞技平台,更成了上海老年群体以棋交友、收获健康、传递国粹文化的重要载体,让银发棋手们在方寸棋盘间,下出充实又鲜活的晚年生活图景。