



小朋友玩轮滑冰球

■ 苏州河沿岸将不断拓展运动健身新空间

我在现场

上海著名“女武神”腰旗橄榄球队，第一次把训练场地放在了风景优美的苏州河畔。“这里的场地很好，训练之余还可以看看苏州河边的美景，感觉太好了，以后真的要在这里作为训练基地了。”队员张馨文开心地说。

今天上午，“喜迎二十大 运动促健康”2022年上海市“全民健身日”活动暨“半马苏河”运动生活节开幕式在普陀苏州河畔举行。普陀区体育局局长顾薇玲表示，苏州河流经普陀岸线总长21公里，约等于半程马拉松的长度，被誉为“半马苏河”，“未来，我们会继续利用苏州河做运动文章，沿岸不断推出运动健身的新地标、新空间，把苏州河打造成城市运动中心，让越来越多的市民享受沿着苏河水岸运动健身的快乐。”

河畔打造运动集市

“一江一河”是上海特有的城市符号和重要的发展纽带。近年来，随着河岸线的打造，越来越多的市民沿着苏河水岸运动健身。今天开幕的普陀区首届“半马苏河”运动生活节，是今年上海市“全民健身日”的6项市级重点活动之一，在苏州河沿岸向市民集中展现时下热门的水上运动、冰雪运动、草坪露营等全民健身活动项目，让更多人找到体育运动与生活的联结。

活动现场，赛艇、龙舟、皮划艇等水上项目率先亮相，苏州河上激情开赛，激起浪花阵阵；随后的海模展示乘风破浪，科技感十足，上演了一场“速度与激情”的精彩较量；来到当下大热的滑板、轮滑冰球、腰旗橄榄球、飞盘项目展示区，这里早已是一派热火朝天的景象，炎炎盛夏丝毫抵挡不住市民户外健身的热情，在运动中尽情释放着活力；一旁的露营区——体育公益市集也吸引了众多市民驻足，新修订《体育法》宣传区域通过多种形式开展宣传活动，广泛进行普法宣传。

“依托半马苏河这样一个大舞台，我们普陀区今后将举行更多的赛事和活动。”顾薇玲介绍说，“今后普陀区苏州河沿岸的几个绿地都会植入一些运动空间，能够让市民享受到处处可健身、又能享受苏州河美景的新的运动生活体验。”

搭建百姓健身舞台

今年8月8日是我国第14个“全民健身日”。上海以“喜迎二十大 运动促健康”为主题，将于8月6日-14日期间围绕“场馆开放、赛事活动、健身指导、宣传推广”四个方面，开展内容丰富、小型多样的全民健身活动。今天上午的开幕式上，奥运冠军、城市业余联赛志愿者钟天使宣读倡议书，向市民发出全民健身号召，传递运动健康正能量。市体育局也将继续向市民配送体育消费券，市民可通过微信、支付宝、云闪付、随申办等渠道登录“来沪动”健身地图”小程序，就有机会领取上海体育消费券，在全市600多家定点场馆中享受直接抵扣优惠。

与此同时，本次上海市“全民健身日”活动还将结合“兴业银行杯”上海城市业余联赛和全民健身线上运动会的开展，采用“线上+线下”相结合的方式，组织包括上海市市级机关广播体操大赛、上海社区健康运动会、上海市“全民健身日”活动科学健身指导体验周、上海市《国家体育锻炼标准达标赛》、上海市“全民健身日”线上主题活动在内的240余项形式多样、因地制宜的赛事活动，每项比赛包含若干场次，充分满足群众多元化的健身需求。

本报记者 李元春



■ 腰旗橄榄球成时尚运动

本版图片除署名外均为
本报记者 李铭珅 摄

场外音

优化延展健身空间

◆ 华心怡

8月8日全民健身日又将来临，但全民健身早已是天天见。

这两天，上海体育圈的新鲜事不少。昨日，首届上海虚拟体育公开赛暨塔塔体育元宇宙正式开启。赛事官方虚拟代言人Ada亮相。一天工作结束后，Ada踏上家里的模拟器，在虚拟体育公开赛中化身参赛选手，足不出户通过这项全国首创的比赛感受竞技体育的魅力。虚拟赛艇、虚拟公路自行车、虚拟赛车、虚拟滑雪、虚拟高尔夫等多个极具时尚感的体育项目，因为科技来到我们的身边。

今天上午，“半马苏河”运动生活节拉开帷幕。在苏州河沿岸，赛艇、龙舟、皮划艇、海模、极限运动、冰雪项目、草坪露营等集中展现。生活中，充满好玩、好看、好拍的“运动气息”。一江一河，美不胜收，景观体育已不止于看台上观大赛，更是置身其中自己上场。

时光流转，科技向前，观念发散。健身的概念，正在扩大，正被更新。

虚拟体育公开赛中，走上模拟器，你就能摆脱特定环境和高门槛限制，深度体会小众项目。壁垒破除了，障碍消弭了，健身，直达“无界之境”。而“处处可健身”的高品质运动设施，则让健身的物理空间得到了优化与延展。

什么是幸福？幸福是青山绿水，幸福也是拥有各种可能性，各种可选择性。在上海，这样的可能性被不断开拓、不断深化。潮流的、便捷的、科技的、实在的……平台已搭建，服务已到位，人人健身，人人健康，练就好了。而这，早已不仅仅是关于全民健身日，关于全民健身的佳话。



■ 吴金贵与裁判交流 图IC

昨晚面对宿敌长春亚泰，申花在点球改判、两人被罚的不利局面下，顽强守和，拼下宝贵的1分。一段逆境，一记拥抱，申花全队经历一场心理上的硬仗。

本赛季第一阶段，申花和亚泰

点球改判 两人被罚

申花这1分是如何拼下的

未分在同一赛区，昨晚在申花的“主场”大连金州体育场，两队首次交手。申花遭遇伤病侵袭，上不了场的球员超过10人。吴金贵表示，困难是客观存在的，但也是一次对全队的考验：“球队现在非常团结，相信这样的氛围可以让队员们发挥出最大的能量。”结果这场球首先考验的，是申花全队的心理承受和调节能力。

上半场补完水，亚泰全队迅速回到场上，申花队员在场边就之前的争议判罚找主裁沟通。马宁发出警告：5分钟内不上场，按规则吹响终场哨。此时的气氛相

当紧张。经吴金贵和助教们安慰、提醒，申花队员按时入场，比赛得以正常进行下去。此后，申花主帅在场边多次做手势，要求大家控制好情绪。

但没人想到，艾迪被罚下后不到一个小时，申花又有队员染红。杨泽翔的这张红牌来得太突然了。本来，他是上去替换大腿拉伤的柏佳骏，结果却令球队再度减员。球员自己非常懊恼，这是他身披申花战袍首次亮相中超，却上演了糟糕的处子秀。就在这个时候，吴金贵来到杨泽翔面前，给了新人一个结实的拥抱。

“比赛比较激烈，导致双方包括我在内情绪都比较激动，在场上没控制好，可能也影响了球员，在这个问题上我需要自我检讨。”吴金贵表示，比赛中出现队员被红牌罚下是正常的，至于杨泽翔的具体情况，“他刚刚来到中超，可能心理控制上做得不够好，当然我们回去要加深他对规则的理解，希望大家对他宽容一些。”

说到给杨泽翔的拥抱，吴金贵解释：“我们的球员和教练员都抱了他。第一场比赛上去一会儿就下来，他也觉得过意不去，导致球队又少一人应战。我觉得他的行为可以

得到原谅，他不是故意伤害对手。”

申花主帅评价，这场球全队踢得很艰苦，要感谢大家的努力，他提到了本赛季首次搭档中卫的冯潇霆和金洋洋，还有带伤坚持的中场孙世林，门将马镇，以及前场的巴索戈、曹赟定和杨旭，“拼下1分非常艰苦，再次感谢队员，尤其几名老队员非常出色。”

被吴金贵点名的杨旭道出1分是如何拼下的：“这场比赛包含了足球很多东西，点球，红牌，进球越位，但我们展现出对于胜利的渴望，每个队员对于赢球都是非常渴望的。” 首席记者 金雷