

# 做表率普及健身文化， 菏泽优秀全民健身站点展风采

□牡丹晚报全媒体记者 孟欣整理

为进一步推动菏泽市全民健身活动有序开展，总结推广先进站点工作经验，鼓励和表彰长期为群众科学健身活动作出突出贡献的优秀健身活动站点，自8月8日起，由菏泽市体育局、各县区体育主管部门组织实施的“喜迎二十大，站点展风采”2022年菏泽市全民健身优秀健身站点线上展示活动开启。



东明湖公园徒步健身站站字“云走齐鲁”队列，传播健身正能量

## 徒步健身做表率，慰问资助发扬正能量

每逢夜幕降临，在东明县的东明湖公园周边，有一支身穿统一制服迈着矫健步伐的徒步队，他们就是东明湖公园徒步健身站的东明湖公园徒步队，自2015年6月成立以来，经过近年来的发展，目前该队正式队员已达300人。

在2021年的“十一”，该站点以站字“十一国庆”别样方式齐唱《歌唱祖国》庆祝国庆，现场气氛热烈；2022年7月20日在山东省第三届全民健身运动会齐鲁万人健步走比赛中，以200人的整编制参赛阵容夺取第一名。并

先后荣获团中央举办的绿色长征徒步赛全国第五名、菏泽市最美暴走团评比全市第一名，东明徒步大赛第一名。同时组织队友徒步黄河滩捡拾垃圾环保行以及多次组织队友慰问敬老院和困难家庭等慰问资助活动。

东明湖公园徒步健身站是东明县全民健身体育事业蓬勃发展的典型代表站。

## 太极进单位进军营，带头普及太极文化

以鄄城县太极文化研究会为主体成立的健身站点，现有队员80余名，多年来在中国武术七段教练周其昌的精心指导下，以习武修心，养生健身为宗旨，培养

了一大批骨干力量，为鄄城县太极拳的推广奠定了重要基础。

该站点成立以来，积极组织带领协会学员，参加国际、全国及省市县各级武协组织主办的各类武术比赛并取得了优异成绩。其中学员刘海青，中国武术六段，多次代表县市参加全国及国际大型比赛皆获得金牌，在徐州国际大赛2900多名运动员中获得女子个人全能第一；学员史海阳，中国武术五段，上体武术系研究生毕业，现任太原工业大学武术讲师；学员金允钊，国家一级武术套路裁判，多次代表山东省参加全国太极拳赛获太极拳及器械第一，蝉联多届山东省太极拳锦标赛冠军等；学员高昂，2021年山东省大



以习武修心养性，鄄城培养了一大批骨干力量散播健身文化

学生运动会获太极拳第二名。

此外，该站点还将普及推广全民健身进单位、进军营，周其昌更是受聘为鄄城县武警中队总教练，把太极拳传教于鄄城县武警部队官兵，使其强化身体素质和战斗技能，更好地保家卫国。

近年来，该站点先后为鄄城县人民医院、鄄城县陈王街道办事处、鄄城县交通局以及社会各阶层人员开设学习班，免费教授太极拳，受众近万人，对鄄城县太极拳的推广和普及起到了积极推动和模范带头作用，得到各级政府领导和广大体育爱好者的的一致好评与赞誉。

“十三五”以来，菏泽市全民健身组织网络日益完善，全市城乡逐步形成以各级体育总会、体育社团、各单项体育协会、全民健身活动站点点面结合的市县乡

村四级全民健身组织网络。全市共有各级各类健身活动站点8300多个，这些健身活动站点分布在全市公园、广场、乡镇村居各个角落，是开展群众体育工作的重要着力点，是全民健身活动组织、宣传、培训和健身等一体的综合性组织，保障了全民健身活动的顺利开展。

优秀健身站点的评选展示活动对我市发挥先进典型作用，激发市民健身热情，提升市民综合素质，构建和谐社会氛围起到了良好的推动作用。



## 山东省健身气功比赛 菏泽市健身气功队伍再创佳绩



本报讯(牡丹晚报全媒体记者 孟欣)8月23日，牡丹晚报全媒体记者从菏泽市体育局获悉，在刚刚结束的2022年山东省健身气功·易筋经视频交流比赛中，我市四支代表队同获一等奖。

牡丹晚报全媒体记者了解到，此次比赛首次尝试“海选”模式，打破了各县区参赛队伍数量限制和参赛人员年龄限制，上至白发苍苍的老人，下至阳光活泼的青年争先恐后、踊跃报名，而爱好者在室内、公园、广场或健身场馆录制比赛视频，是近年来最接地气、最有人气、最富朝气的

一次比赛。

在此次比赛中，我市牡丹区、开发区、东明县、鄄城县四县区体育部门和健身气功协会组织26支基层站点队伍参加了比赛，经过两天的激烈角逐，牡丹区牡丹南路代表队、牡丹区生建代表队、开发区绿荫广场代表队、牡丹区青年湖代表队四支参赛队伍获得一等奖。

而开发区人民广场代表队、鄄城县鄄电代表队、东明县城北大润发代表队等11支参赛队伍荣获二等奖，鄄城县鄄电二队代表队、东明县城北东明湖代表队等11支参赛队伍荣获三等奖。

## 成武县第一期青少年羽毛球培训圆满结束

本报讯(通讯员 成体)为进一步推动全民健身工作的开展，提高成武县青少年身体素质，丰富青少年课余文体生活，让孩子们更加轻松从容地面对学习和生活，8月22日，成武县第一期青少年羽毛球培训班圆满结束。

据了解，本次培训班共聘请四名教练员，分组带领30名学员。活动现场，在教练的指导下，学员们集体进行基础训练，包括熟悉球性及站位，练习步伐移动，学习准备姿势与正反手发球，握拍、颠球、推挡球等。教练教得认真，学员们学得刻苦，个个挥汗如雨，奋勇争先。培训完



毕，学员们纷纷表示，这次培训提高了大家对羽毛球运动的兴趣，让大家掌握了基本的羽毛球

理论和技战术，形成了浓厚的运动氛围，增进了学员间的交流与相互学习。

## 单县将“健身”福利送到家门口

本报讯(通讯员 祝令庆)为进一步满足群众健身需求，让更多群众参与到健身活动中来，感受健身带来的乐趣和魅力，近日，单县体育服务中心在曹庄乡开展基层群众健身综合服务活动。

活动现场为健身队免费发放健身服装、文体音响，并开展三级社会体育指导员培训。曹庄乡谢寨村健身队长谢寅昌告诉笔者，自从去年参加全县基层文体辅导

员培训班后，一直坚持锻炼，身体也越来越好，初次体会到健身的重要性，后来在他的带动下谢寨村建立了健身队伍。但是目前谢寨村缺少健身设备，在一定程度上影响了大家健身的积极性。

“此次县体育服务中心为辖区内各自然村免费发放音响、服装，同时聘请健身老师开展培训，将健身‘福利’送到家门口，我们一定好好珍惜机会，做好锻炼。”谢寅昌说。

近年来，单县体育服务中心为推动全民健身工作向纵深发展，以打造群众身边的组织、增加场地设施、开展活动为抓手，打造健身场地设施建设进村(社区)工程，开展了基层社会体育指导员组建及系列培训、农民运动会等一系列为民服务活动，基本实现了村村有健身场地设施、村村有健身队伍、村村有健身活动的“三个有”工程全覆盖。