

少年应有鸿鹄志 当骑骏马踏平川

内蒙古表演马术队备战抠细节

申奇 黄璐超

“把鬃再打一打，把马弄精神一点。”内蒙古表演马术队主教练刘红琴抚摸着马鬃说，她正带着运动员在新疆维吾尔自治区伊犁哈萨克自治州特克斯县备战第十二届全国少数民族传统体育运动会马上项目。

第十二届全国少数民族传统体育运动会马上项目分赛场比赛将于7月8日至13日在新疆维吾尔自治区伊犁哈萨克自治州昭苏县举行，比赛分为竞赛项目和表演项目两大类，竞赛项目4项，分别为民族赛马、跑马射箭、跑马拾哈达和个人两项全能，表演项目包括竞技类、技巧类、综合类三类。将有来自全国12个代表团的229名运动员、276匹赛马、16峰骆驼参加比赛，是历届以来马上项目参赛代表队最多的一次。

这是一场传统与现代的碰撞，也是一场速度与激情的较量。6月中旬，内蒙古表演马术队的26名运动员、33匹马在

距离昭苏县60公里的特克斯县齐勒乌泽克镇赛马场集结，蓄势待发，开始了紧张有序的赛前适应性训练。他们将代表内蒙古参加跑马射箭、跑马拾哈达和表演项目。自从来到特克斯，运动员们每天都要进行严格训练，熟悉赛场的地形、环境和气候条件，不断调整自己的骑术和马匹的配合度，力求在比赛中发挥出最佳水平。

“注意重心，保持稳定，找准节奏……”教练的声音回荡在特克斯县赛马场上。内蒙古表演马术队运动员苏日塔拉图和他的爱马是第一次参加这么高规格的比赛。对他来说，这无疑是一次较大的挑战。“我和我的马要多适应这边的地形和气候，目前最大的问题是担心遇到下雨。下雨天捡哈达有点难，雨水浸湿哈达会很难拉起来，但是没有捷径，只有多训练多适应。”苏日塔拉图摸着他的爱马说道。

的确，气候和时间的差别让马匹和骑手们都有一定程度的不适感。作为具

有15年运动员经验和23年教练员经验的老将，刘红琴带领运动员们仔细研究场地、调整策略，通过针对性的训练，使骑手和马匹之间的默契度不断提升，队员和马匹的状态也都有显著提高。

“这里气候非常好，还稍微有点凉，对于马匹来说相对舒服一些，场地还是不错的。这里距离昭苏县只有60公里，与昭苏县的天气、海拔接轨，我觉得刚刚好。个别马匹还是有点咳嗽，长途运输可能有点劳累，没有其他大毛病。”刘红琴说。

内蒙古表演马术队始建于1956年，曾在第六、第七、第八、第九、第十一届全国少数民族传统体育运动会上荣获马术表演一等奖。在第十、第十一届全国少数民族传统体育运动会中，内蒙古表演马术队在跑马射箭和跑马拾哈达两个竞赛项目中均斩获金牌。

谈到骑手和马匹的准备情况，刘红琴表示：“我们这次不仅参加表演赛，也参加竞赛项目，带来的马匹比较多，按

照报名规则，基本都报满了。26位骑手中有6名骑手参加竞赛项目，另外20名骑手则专注于马背技巧表演，采用以老带新、充实‘新鲜血液’的方式，为每名队员及其马匹量身定制专门的训练计划。希望通过我们的共同努力取得好成绩，丰富年轻队员的比赛经验。”

训练中，运动员们也相当专注和投入，不时和教练抠一抠技术细节，发现不足就立即寻找解决方法，力求精益求精，完美呈现。“我们都很珍视这次宝贵的参赛机会。我和我的马已经在这个训练场上度过了无数个日夜，一直严格要求自己。希望我们能够沉着应对考验，尽全力去拼，把体育梦想和脚踏实地统一起来，把青春誓言写在赛场上。”内蒙古表演马术队运动员李梦说道。

在刘红琴的带领下，内蒙古表演马术队运动员们将在赛场上弘扬蒙古马精神，展示积极进取、奋发热情的草原健儿风采，以“小小的年纪”书写“大大的梦想”，让青春梦想绽放绚丽之花。



全国健身气舞运动新方法师资培训班举行

本报讯 日前，由国家体育总局健身气功管理中心主办的2024年全国健身气舞运动新方法师资培训班在浙江宁波举行。来自22个省市区和澳门特别行政区的169名健身气舞爱好者参加培训。

首次面向社会开展师资培训的健身气舞，是近年来总局气功中心为积极主动适应新时代群众健身新需求，历经群众调研、专家论证、项目开发、群众试验等科研环节，守正创新，编创推出的健身气功运动新方法。与其他健身方法有所不同，健身气舞是基于中华优秀传统文化的人体生命整体观，以形、神、意、气为健身要素，在民族音乐的伴奏下，运用舞的形式进行锻炼，进而达到改善身心健康、提升气质修养的健身养生运动。

据介绍，健身气舞是健身气功创新性发展的最新研究成果，在充分保留并运用健身气功三调合一项目特性的同时，更加

注重健身气功与舞蹈精髓的融合发展。在导之以舞、怡之以情中诠释传统健身之美，促进群众身心健康，更具健身性、民族性、观赏性和娱乐性，可适合不同人群学练，对满足新时代群众健身需求以及解决群众健身产品供需矛盾将发挥积极作用。

此次培训共学练2套健身气舞示范套路，均由编创健身气舞示范套路项目组的专家教学。这2套健身气舞示范套路，是以人体脏腑或经络等学说为理论基础进行编创，科学测试表明：坚持习练能增进身心健康，具有塑造良好形态的积极作用，且可以使人潜移默化得到中国传统文化的熏陶，培养出东方特色的大气雅致、落落大方之美。培训期间，还将组织健身气舞项目建设和推广座谈会，邀请专家学者和爱好者共同为健身气舞运动新方法的体系化、规范化发展建言献策。

（林 剑）

体彩公益金持续助力海南体育事业发展

本报记者 赵 萌

近日，海南省公告了2023年体育彩票公益金收支情况。

公告显示，2023年海南省销售体育彩票118458.85万元，较上年增加36542.02万元，同比增长44.61%；筹集体育彩票公益金32038.01万元，较上年增加8004.56万元，同比增长33.31%。2023年，海南省筹集体育彩票公益金32038万元（含弃奖奖金），其中上缴中央体育彩票公益金15528.63万元，本省留成体育彩票公

益金16509.37万元（包括省本级留成体育彩票公益金9905.62万元，返还市县分成体育彩票公益金6603.75万元）。

2023年，海南省本级体育事业安排体育彩票公益金支出5702万元，列入省旅游和文化广电体育厅本级预算支出。省级体育彩票公益金主要用于举办或资助全民健身赛事活动、群众性体育活动开展推广及社会体育指导员培训、举办系列竞技体育赛事、青少年体育活动和高水平后备人才培养等方面支出。

本报记者 王世让

近年来，福建省持续将智慧体育公园建设列入福建省委省政府为民办实事项目，安排省级体彩公益金补助经费2.64亿元，并调动地方政府和社会资本积极性，在福建全省新建、改扩建智慧体育公园88个，带动各地积极投入各类体育公园建设。截至目前，福建省共有体育公园204个，基本实现县（市、区）全覆盖。

福建省在推进体育公园建设之初，就注重整体布局，通过优化城区场地供给，合理利用低效用地等手段，盘活存量用地。如三明沙县区打造生态新城康养智慧体育公园，莆田涵江区智慧体育公园选址市人民公园，石狮市利用废弃烧砖厂在全省建成首座智慧体育公园，三明清流县利用废弃的北山天城人工湖建设智慧体育公园等。无论是充分利用“金角银边”“街头绿地”巧妙布局，还是推动存量土地“变废为宝”，作为“十五分钟健身圈”的重要环节，体育公园正在八闽大地不断“圈出”幸福生活。

福建省智慧体育公园建设始终坚持将智慧元素融入健身设施，通过云平台系统对公园内人流、安全、环境等24小时态势感知，对运动数据进行采集、分析，增强互动体验感；支持手机等智能终端与云平台进行数据传输，实现以测、评、导、练为核心的科学指导智能健身目的，构建体育与公园相彰显、健身与智慧相融合的新空间，让群众在家门口就可以畅享科学的健身生活。

为了真正把为民办实事项目办成“民心工程”，福建省体育局早在2020年就出台了《福建省委省政府为民办实事——全民健身场地设施运营和维护管理指引》，针对包括体育公园在内的全民健身场地设施运营维护中出现的权责不清、产权不明、制度不规范、开放管理不到位等情况进行了细致指引。除了探索灵活多样的运营管理体制机制，推动科学化、精细化管理之外，福建省的体育公园还采用“无偿+低偿”的运营模式，在公益定位的同时，加强与社会企业合作，打造城市健身休闲空间。

下一步，福建省将继续加大力度推动体育公园建设各项任务落地见效，让体育公园切实成为全民健身场地设施的新载体，提升人民生活水平的新举措，带动经济增长的新场景，塑造城市格调的新名片。

宁波鄞州探索健身房运营新模式

谢嘉伟

齐备的健身器械、专业的健身教练、亲民的人馆价格，还有国企在背后作支撑……日前，在宁波市鄞州区的一家“国字号”健身房正式开业，引发广泛关注。

这案由国企鄞城集团首次全额注资打造的普惠性专业健身房——愉健身运动中心，推出了“国营健身”新模式。鄞城集团相关负责人介绍，这一模式的本质在于鄞州区属国企投资体育产业，以“专业器械+亲民价格”让更多市民能够享受到专业的健身服务。健身房的资金来源以及场地均来自集团自身。对于普通消费者来说，有国企为健身房背书，交钱时能够更加“踏实”。

健身房开业当天，吸引了不少运动爱好者前来打卡。愉健身运动中心负责人介绍，开业活动当天吸引了几百位运动爱好者前来体验，近几日每到傍晚也会有近两百人前来运动健身。

据了解，愉健身运动中心建筑面积1600余平方米，馆内拥有室内跑道、专业健身区、瑜伽室等，配备了国家队、省队同款的专业训练设备器械。中心由获得国际四大认证的教练团队作为

协理单位，助力场馆运营，并依据权威训练标准制定课程。

除了此次开业的旗舰店，愉健身运动中心的门店还分为商业社区店、自助式社区店，以此探索定制化运营模式，满足不同消费群体的健身需求。未来还将推出旗舰店与社区店一卡通用，使不同定位及特色的门店共同构筑健身运动区域网络，为市民带去更便捷高效的服务模式。

此外，在运营过程中，将根据门店地段、周边消费群体、商业定位等，定制不同的运营模式。在运营过程中不定期开展社区公益课堂及活动，丰富居民娱乐生活的同时，增加用户黏性，满足群众多样化需求。

未来在健身房运营过程中，体育部门也将做好平台搭建、资源引入、科学指导方面的工作，对其在科学健身、技能培训方面起到指导作用，并且监管其做好公益性性与商业性的平衡。鄞州区体育中心负责人表示，希望通过国有企业专业的运营和优质的服务，为不同年龄层次、不同健身需求的市民提供多样化的健身服务，引导更多人参与到健身活动中来，从而使广大市民的生活品质得到提升。

“划”向梦想 湖北激流回旋队外训强本领

邹丽 伍美菱

自5月中旬离开湖北红莲湖基地赴贵州下司激流回旋基地以来，湖北激流回旋队已经在贵州这片独特而富有挑战性的水域上训练了一个多月。他们挥洒汗水，巩固提高专项技能，加强力量、耐力等综合素质，全力备战即将到来的全国皮划艇激流回旋锦标赛。

每天训练时间一到，队员们就会迅速集合，在教练张航的指导下，开始一系列热身运动。他们振臂拉伸，动作整齐划一，展现出高度的纪律性。

热身完毕，队员们开始水上专项系列训练。在激流回旋的河道上，队员们手持船桨，灵巧地操控着皮划艇。在湍急的河道浪花中穿梭，时而贴近水面，顺流越过顺水门；时而回旋舟艇，逆流而上，与汹涌的浪花搏击，艰难越过回旋门。他们的每一次划桨都充满力量，每一次转弯都展现出技巧和勇气。

除了水上专项技术训练，队员们还要进行每天两个多小时的陆上体能训练，包括大力量、核心小肌群力量、耐力力量

训练等，通过引体向上、卧推、卧拉等力量训练，增强上肢和腰腹肌、背肌核心力量，以协调平衡稳定为主；此外，还会进行长跑、速度爆发力训练，提高心肺功能和耐力水平。

尽管训练辛苦，但队员们从不叫苦喊累。他们深知，只有不断努力，才能让实现梦想的路径变得更清晰。

“训练中，队员们需要克服水流的冲击和障碍物的阻挡，灵活应对各种水流变化。这不仅考验着他们的技术水平和身体素质，更考验着他们的意志力和协调能力。”湖北激流回旋队执行教练张航表示，“体能是技术的基础，技术是体能的保障，心智是比赛制胜的根本，认知学习是提高的关键。只有通过训练和学习，不断提升队员们灵敏、柔和、节奏、协调、平衡、耐力、技战术等各方面的综合素质，才能让他们不断超越自我、突破极限。”

据湖北激流回旋队领队邓晓介绍，队伍夏训主要目的就是进行激流回旋项目专项训练，夏训将持续至8月28日结束。

用好公益金 为民办实事

福建大力建设智慧体育公园

项高水平赛事活动，进一步促进了“体育+旅游”的融合发展。其中，2023年环海南岛国际帆船赛等五大品牌赛事，产生直接经济效益1.49亿元。

海南省本级体育彩票公益金用于青少年体育发展支出450万元。海南在15所乡村中小学校开展“体育振兴乡村”进校园活动，通过组织篮球、跆拳道、足球等项目为学生送去关爱，参与活动学生达到6000人次。引进2023年度全国青年沙滩排球（U系列）锦标赛等赛事，近3000名选手参加比赛。组织举办各项青少年品牌赛事活动，不仅促进了海南省青少年体育交流，还助力了体育旅游的融合发展。