

宁波老年体育



第 10 期（总第 275 期）

宁波市老年人体育协会编

2019 年 10 月 10 日

要情通报

中国老年人体协关于倡议举办 2019 年全国老年人健步走大联动活动的通知

中国老年人体协关于开展创建第三批“全国柔力球之乡”活动的通知

专题报道

宁波市举行第九届老年人运动会闭幕式暨庆祝全国第七个老年节健身项目展示活动

施孝国主席在市第九届老年人运动会闭幕式暨庆祝全国第七个老年节老年体育健身展示活动上的致词

海曙区隆重举行庆祝新中国成立 70 周年暨全国第七个老年节特色项目展示活动

江北区举行《庆国庆·颂祖国》夕阳舞动活动

奉化区老体协举行庆祝新中国成立 70 周年欢度全国老年节文体晚会

北仑区隆重举行庆祝中华人民共和国成立 70 周年暨全国第七个老年节中老年人健身展示大会

太极雄风庆国庆

老年体讯

宁波市首届全民运动会暨第十八届运动会(第九届老年人运动会)柔力球(套路)展示活动在北仑圆满落幕

宁波市首届全民运动暨第十八届运动会(第九届老年人运动会)健身秧歌展示活动在慈溪举行

宁波市老体协送体育下乡暨余姚市第 11 届老年人地掷球交流活动圆满成功

简 讯

中国老年人体协关于倡议举办 2019年全国老年人健步走大联动活动的通知

各省、自治区、直辖市、计划单列市、新疆生产建设兵团老年人体协，各行业老年人体协，有关单位：

自2013年起，中国老年人体协倡导全国各级老年人体协举办“健步走大联动”活动，通过引导全国老年人“摆动双臂、迈开双腿、走出家门、融入自然、走出健康、走出幸福”，充分体现全国各级老年人体协为广大老年人体育健身提供平台和服务的宗旨。“健步走大联动”活动已连续举办了4次，各地普遍响应，参与群众踊跃。各地在大联动活动期间参与健步走活动的规模从2013年20多万人发展到2018年数百万人，活动取得了良好的示范作用和效果。

为进一步引导老年人投入体育健身，推广普及持杖健走运动，提升科学健走效能，增进身体健康。中国老年人体协拟于2019年11月11日倡导全国各级老年人体协继续举办“健步走大联动”活动。现将全国老年人健步走大联动活动有关事宜通知如下：

一、活动时间

2019年全国老年人健步走大联动活动定于11月11日在全国各地同期举行（部分地区可根据当地气候情况提前举行）。

二、组织机构

（一）主办单位：中国老年人体育协会

(二) 承办单位：全国各级老年人体育协会

(三) 协办单位：中国老年人体育协会健步走推广委员会

三、活动主题

喜庆新中国 70 华诞，服务老年人健身健康

四、活动目的

通过倡导全国各级老年人体育协在当地以健步走的方式，动员更多的中老年人参加体育健身，提高全民健身活动的自觉性和广泛性，努力为广大中老年人提供体育健身服务。

五、活动安排

(一) 2019 年全国老年人健步走大联动活动设立主会场 1 家，各级老年人体育协可根据本地区特点，因地制宜的开展“全国健步走大联动分会场”活动。

(二) 2019 年全国老年人健步走大联动活动主会场设在浙江省杭州市建德市。

六、活动要求

(一) 各地分会场要围绕本次活动主题，结合地域特色，贴近实际组织开展健步走活动，与主会场活动形成联动。

(二) 充分利用广播、电视、报刊、网络等传媒，加大对本次活动的新闻宣传力度，营造良好的宣传氛围。宣传工作要突出活动的公益性、示范性、导向性，提倡科学健身，以增强人民群众的健身意识、提高人民健康水平为中心，积极引导更多的群众参与全民健身活动。

(三) 周密部署，精心组织，制定严密的安全防范预案，确保活

动安全、有序、精彩。

（四）活动结束后，请各级老年人体协将举办“全国健步走大联动分会场”活动情况的文字总结、活动图片、活动视频等资料，于2019年12月1日前以电子邮件方式提供给中国老年人体协健步走推广委员会。中国老年人体协健步走推广委员会将根据各地举办情况，择优评选出“2019年全国老年人健步走大联动”优秀单位，予以表彰和奖励。

七、中国老年人体协健步走推广委员会联系方式

联系人：宋文全

电话：15166128188

邮箱：ltxjbz@163.com

（摘自中国老年人体育协会官网）

中国老年人体协关于开展创建第三批“全国柔力球之乡”活动的通知

各省、自治区、直辖市、计划单列市、新疆生产建设兵团老年人体协，各行业老年人体协，有关单位：

中国老年人体协自2013年开展创建“全国柔力球之乡”活动以来，已先后命名两批共50个市(区、县)为“全国柔力球之乡”，对全国老年人柔力球运动的普及和发展产生了积极而广泛的影响。为了贯彻《健康中国2030规划纲要》，进一步发挥柔力球运动在全民健身和健康

中国建设中的积极作用，推动基层柔力球运动广泛、深入开展，经研究决定，拟在全国市（区、县）开展创建第三批“全国柔力球之乡”活动。现将有关事宜通知如下：

一、工作程序

创建“全国柔力球之乡”工作以市(区、县)为单位申报，由中国老年人体协柔力球专项委员会组织实施，经审核后报中国老年人体协批准。

二、创建条件

（一）组织保障

1、各市(区、县)老年人体协将开展柔力球活动纳入老年体育工作的长远发展规划和年度工作计划；

2、有健全的组织机构和专人负责；乡镇、街道、行政村有专人兼管柔力球活动的开展和推广；有较完善的包括专家、教练、裁判、会员在内的人员档案管理。

（二）工作基础

1、申报单位常年要保持有 50 支以上在市(区、县)老年人体协注册登记的柔力球队(每支队伍不少于 20 人),其中参与竞技和双拍双球健身的人数均不少于 10%；30%以上的社区、乡镇、行政村有老年人柔力球队(每队不少于 12 人)；

2、经常参加柔力球活动的老年人占本市(区、县)老年体育人口总数的 2%以上(注：老年体育人口总数指：每周参加 3 次以上、每次 30 分钟以上、中等强度体育健身的老年人数)，并在申报成功之后，每年增长率不低于 10%；

3、柔力球教练员、裁判员骨干队伍要达到经常参加柔力球活动老年人数的 5%，其中骨干队伍中竞技教练员、裁判员所占比例达 20% 及以上。

4、柔力球活动处于本市（区、县）的领先水平，并得到省、市（区、县）体育主管部门的表彰。

（三）场地、经费投入

1、有 40 块以上相对固定的柔力球健身活动场地，并有一定比例的竞技训练场地；

2、有 1-2 个能举办全国柔力球培训班、交流活动的体育场馆等场地；

3、每年对柔力球工作开展有固定的经费投入，并随着国民经济的增长逐年提高。

（四）培训交流

1、每年举办 1 次以上，每次不少于 50 人的柔力球骨干培训班，培训班应包括套路(含双拍双球)与竞技；并积极参加市级及以上单位组织的培训活动；

2、每年举办 1 次以上，每次不少于 30 支队伍参加的柔力球交流活动，交流活动应包括套路(含双拍双球)与竞技；积极参加市级及以上单位组织的比赛、交流活动；

3、承办过 1 次全国或 2 次省级(市级)柔力球培训班和交流活动。

（五）宣传推广

1、每年有计划、经常性的开展柔力球推广普及活动；

2、能组织百人以上柔力球团队，经常性地参加市(区、县)的大型文体活动和各种表演，宣传柔力球项目。

3、在本地各媒体发表多篇关于柔力球的推广宣传稿件。

三、申报办法

(一) 每省(自治区、直辖市)计划单列市、新疆生产建设兵团及行业老年人体协限报一个单位。

(二) 凡申报“全国柔力球之乡”的单位，由市(区、县)老年人体协提出申请，经上一级老年人体协推荐，由省级(自治区、直辖市)老年人体协签署意见后，于2019年11月30日前将申报表(附件)和相关材料报送至中国老年人体协柔力球专项委员会。逾期申报，不予受理。

中国老年人体协柔力球专项委员会联系方式：

联系人：吴星星

电话：13665606081

邮箱：zgltxrlq@163.com

地址：安徽省池州市青阳县庙前镇茶溪健康小镇

邮编：242809

(三) 申报材料包括：

1、申报表；2、开展创建“全国柔力球之乡”的实施方案、开展情况等书面材料；3、经费投入和场地使用证明材料；4、组织机构，活动队伍名称及人数，教练员、裁判员人数及名册；5、每年举办培训班和交流活动的文件，相关活动图片、音像资料及媒体报道。6、参

加省（区、市）级以上比赛所取得的成绩证明图片。注：以上报送材料请同时提供纸质版和电子版（用 U 盘储存）一式两份。

四、审核批准及表彰

（一）中国老年人体协柔力球专项委员会组织有关人员申报单位进行审核，并抽查若干单位。经评审合格上报中国老年人体协批准后授予“全国柔力球之乡”称号。对于申报成功单位，将不定期组织考核，以促进柔力球运动在该地区良性发展。发现问题并未按要求进行整改的单位，将取消“全国柔力球之乡”称号。

（二）获得第三批“全国柔力球之乡”称号的单位，由中国老年人体协正式行文公布，由中国老年人体协或柔力球专项委员会通过适当形式组织颁发证书、牌匾及表彰。

（摘自中国老年人体协官网）

专题报道

宁波市举行第九届老年人运动会闭幕式暨庆祝全国第七个老年节健身项目展示活动

9月28日上午，宁波市第九届老年人运动会完成所有赛事顺利闭幕，宁波市老体协主席施孝国、名誉主席洪钧杰、常务副主席兼秘书长金三叙、副主席郁亚明、鄞州区老体协主席王国定、慈溪市老体协主席龚建长、象山县老体协主席林胜国等参加了闭幕式，宁波市体育局副局长徐健、宁波市体育总会专职副主席任乐波出席闭幕式。

闭幕式由市老体协常务副主席金三叙主持。宁波市老体协主席施孝国在闭幕式上致辞。他说，本届老运会上各代表团和老年运动员遵守文明、科学、安全、康乐的大会宗旨，认真执行大会规程，确保“安全第一”的办会要求，加强运动队伍管理，唱响了“全民健身”的主题，体现了“重在参与、重在交流、重在健康”的活动宗旨。老年运动员们通过市老运会平台，努力拼搏，表现出了良好的体育道德风尚，在全社会产生了积极的影响，实现了“安全简朴，精彩圆满”的目标，展示了新时代宁波老年体育的精神面貌，展现了宁波老年人的体育风采。老运会的成功举办，对于进一步增进我市老年人身心健康，发展老年体育事业，扩大老年体育人口，实现健身老龄化，必将起到重要的推进作用。

市老体协副主席郁亚明宣读相关表彰决定，并由出席闭幕式的领导为获奖的单位颁奖。随着常务副主席金三叙宣布运动会闭幕式到此结束，宁波市第九届老年人运动会就此画上了圆满的句号。

闭幕仪式后，进行了宁波市庆祝全国第七个老年节健身项目展示活动，各区县（市）和镇海炼化十一支代表队举行了《威风锣鼓》、灯绸舞《开门红》、戏曲广播操、柔力球、太极拳、木兰扇等健身活动项目展示。

（宁波市老体协秘书处）

施孝国主席在市第九届老年人运动会闭幕式暨庆祝 全国第七个老年节老年体育健身展示活动上的致词

尊敬的老年朋友、各位来宾、各位同志：

大家上午好！

在中华人民共和国建国 70 周年大庆即将来临之际，我们在这里举行宁波市第九届老年人运动会闭幕式暨庆祝全国第七个老年节老年体育健身展示活动具有重大的意义。宁波市第九届老年人运动会是宁波市首届全民运动会暨第十八届运动会的组成部分，在市委、市政府的亲切关怀和市体育行政部门的大力支持下，经过各级老年体协和市各行业系统老体协同志的共同努力下，从今年 3 月拉开序幕，历时 7 个月，先后在 11 个区、县（市）进行了 12 个大项 14 个小项的交流展示活动，全市各区、县（市）和市各行业（系统）老体协会 18 个代表团 1874 名运动员、教练员、裁判员和工作人员参与盛会，共产生了金奖 974 个，银奖 672 个，铜奖 207 个，有 18 个代表团获得体育道德风尚奖，12 个代表团获得了优秀组织奖，6 个代表团获得组织奖。今天，第九届老年人运动会就要落下帷幕了，在此我代表市老年人体育协会对市第九届老年人运动会取得圆满成功表示热烈的祝贺！向参会的全体运动员、教练员、裁判员和工作人员表示崇高的敬意，向受表彰的大会体育道德风尚奖、优秀组织奖和组织奖的先进集体表示热烈的祝贺！向长期以来关心支持我市老年体育事业发展的各级领导和社会各界表示衷心的感谢！

本届老运会上，各代表团和老年运动员遵守文明、科学、安全、康乐的大会宗旨，认真执行大会规程，确保“安全第一”的办会要求，加强运动队伍管理，唱响了“全民健身”的主题，体现了“重在参与、重在交流、重在健康”的活动宗旨。老年运动员们通过市老运会平台，努力拼搏，表现出了良好的体育道德风尚，在全社会产生了积极的影响，实现了“安全简朴，精彩圆满”的目标，展示了新时代宁波老年体育的精神面貌，展现了宁波老年人的体育风采。老运会的成功举办，对于进一步增进我市老年人身心健康，发展老年体育事业，扩大老年体育人口，实现健身老龄化，必将起到重要的推进作用。

同志们，宁波市第九届老年人运动会已经圆满结束。我们要以本届老运会为新的开端，按照新时代老年体育健身的要求，认真总结经验，更有力地推动和提高宁波老年体育事业的发展水平，使全民健身更亲民、更便利、更普及，为实施国家《体育强国建设纲要》作出贡献！

最后，预祝全市老年体育健身展示活动圆满成功！祝老年朋友们健康、快乐、幸福、长寿！谢谢大家！

（宁波市老体协秘书处）

海曙区隆重举行庆祝新中国成立 70 周年暨全国第七个老年节特色项目展示活动

9月25日，为隆重庆祝新中国成立70周年华诞，祝福祖国繁荣

昌盛，由海曙区文化和广电旅游体育局主办，海曙区老年人体育协会承办的庆祝新中国成立 70 周年暨全国第七个老年节特色项目展示活动在章水镇文体中心广场举办。全区 17 个镇（乡）、街道代表队和区男子健身球队、女子柔力球队依次上场展示各自的“拿手好戏”。海曙区政协原副主席、海曙区老年人体育协会名誉主席徐德荣在活动开幕仪式上讲话，宁波市老年人体育协会常务副主席兼秘书长金三叙宣布展示活动开始。宁波市老年人体育协会副主席郁亚明、海曙区体育局副局长郑国芳等出席并观看了特色项目展示。

展示活动以望春街道代表队的健身腰鼓《东方红》开场，随着队员们的点点鼓声并伴以轻盈活泼动作，尽显绮丽多姿，现场热闹非凡。鄞江镇代表队展示的女子舞龙《龙飞凤舞》，时而扒下，时而摇头，跳跃、翻滚，变幻着不同的姿态，她们配合默契，舞得出神入化，将活动推向高潮。“东道主”章水镇代表队带来扇子舞《祝福祖国》，经过不停地排列组合，队员们手中的扇子陆续拼出了“中国”“梦”“70”等字样，引来台下观众的阵阵掌声。男子健身球队展示的男子健身球操《母亲是中华》粗犷奔放，彰显英武阳刚之美

木兰扇、健身秧歌、广场舞、佳木斯操、柔力球、太极拳……精彩纷呈的节目轮番展示，反映了海曙区老年人积极参加全民健身和健康向上的精神风貌，也进一步激发了广大老年朋友的爱国热情，共同奋斗新时代的豪情壮志。

（海曙区老体协 俞棣安）

江北区举行《庆国庆·颂祖国》夕阳舞动活动

盛世华诞、举国同庆。为庆祝全国第 7 个老人节和浙江省第 32 个老人节，由江北区老年体育协会、江北区敬老服务协会联合主办的江北区广场舞大奖赛总决赛于 9 月 28 日晚上在江北区科创中心隆重举行。本次大奖赛历时二个月的精心筹划，各街道为节目竞演层层筛选，经过初赛、复赛挑选出最优秀的团队参赛。大赛汇聚了各街道的广场舞各路高手，个个都拿出看家本领，在舞台上一显身手。流光四溢的背景，惊艳亮丽的服装，优美动人的舞姿，扣人心弦的乐曲，用炫丽多彩、热情奔放的舞蹈歌颂伟大的祖国繁荣富强和人民美好生活。为祖国母亲 70 周岁诞辰奉献上一台满满的祝福！爱母亲、爱祖国、圆我中华梦！

晚会在雄壮的国歌声中拉开帷幕，共参演了 8 个比赛项目，6 个表演项目。最后在金韵合唱团指挥下，全场起立引吭高歌“我和我的祖国”声中隆重结束。

本次大奖赛历经二小时八轮竞演，“八仙过海各显神通”白沙街道推选的《茉莉花开》摘得桂冠。中马街道选送的《红梅赞》和文教街道推荐的《跟着幸福一起走》捧走二等奖。慈城镇等四个街道获得三等奖。江北区武术协会表演的《杨式太极拳》庄桥街道选送的《柔力球长绸舞》文教街道推荐的《中国脊梁》荣获优胜奖。其中优护万家、鄞州银行、宁波老年大学金韵合唱团到场助兴，为晚会增添了浓浓的喜庆气息。

江北区首届中老年广场舞大奖赛得到优护万家、吉彩广告、品牌万里行浙江组委会鼎力支持，全国道德模范标兵王万林亲至现场辞词祝贺。宁波市老年人体育协会、江北区慈善总会、江北区老年体协、品牌万里行总编等领导为获奖单位颁发了奖牌与荣誉证书。

不忘初心，我们区老年体育协会将一如既往为老年人晚年健康生活保驾护航。老有所养、老有所为、老有所乐、老有所学、老有所爱。为老年人积极向上的乐观精神点赞，为社会稳定发展、和谐相处献出一份拳拳爱心。祝福祖国繁荣昌盛、伟大复兴。祝愿祖国没有忧患、永远宁静。

（江北区老体协 肖鹏）

奉化区老体协举行庆祝新中国成立 70 周年欢度全国老年节文体晚会

10月7日晚上，由宁波市奉化区老年人体育协会主办的庆祝新中国成立70周年欢度全国老年节文体晚会在奉化剧院火热举行。有来自区老体协及各镇（街道）老体协和社会各界等共1200余名观众和演职人员欢聚一堂，以文体表演的形式共庆新中国成立70周年、重阳节和全国第七个老年节。

奉化区人大常委会原副主任、区老年人体育协会主席李忠明，奉化区文化和广电旅游体育局副局长王建明等领导出席晚会，奉化区老体协副主席张剑成代表区老体协致辞。

庆祝新中国成立 70 周年欢度全国老年节文体晚会由傅根珠、董子娟等表演的大型开场舞《盛世欢歌》中拉开了整场演出的序幕，舞蹈《爱我中华》、柔力球《四明山，我来看你》、健身气功舞《我的祖国》、男声组唱《把一切献给党》、排舞《跳起来》、持杖操《走进新时代》等舞蹈、歌伴舞、走书、服饰秀……等 18 个文体节目轮番上演，最后，由在场的全体演职人员手挥国旗，一起共舞《共筑中国梦》中圆满落下本次文体晚会的帷幕。演职人员个个精神饱满、情绪激昂，为现场观众献上精彩的演出，活动现场座无虚席，掌声与笑声齐飞。

（奉化区老体协 王昂伦）

北仑区隆重举行庆祝中华人民共和国成立 70 周年 暨全国第七个老年节中老年人健身展示大会

9 月 30 日上午，为庆祝新中国 70 华诞，歌颂新中国繁荣昌盛，人民幸福安康，由北仑区文化和广电旅游体育局、区体育总会、区老龄办主办，北仑区老年人体育协会承办的“庆祝中华人民共和国成立 70 周年暨全国第七个老年节北仑区中老年人健身展示大会”在北仑体艺中心隆重举行。宁波市体育总会专职副主席任乐波，宁波市老年体协常务副主席金三叙、副主席郁亚明，北仑区文化和广电旅游体育局副局长姚波、区体育总会副会长陈浪，北仑区卫健局副局长李莉等市、区有关部门领导出席了大会。650 多名中老年健身爱好者上场展示健

身成果。活动还吸引了 300 多名群众到场观看。

展示活动以威风锣鼓拉开序幕，紧接着上场表演的是女子舞龙，只见金光闪闪的长龙在场上翻腾舞动，象征中华民族巨龙飞腾，最后的“70”造型寓意新中国 70 华诞。随后，可乐球、柔力球、健身秧歌、旗袍秀、佳木斯健身操等节目依次上场展演，充分展示了北仑区中老年人飒爽英姿，健康向上的精神面貌。精彩的表演获得主席台观看的领导和观众热烈掌声。最后，我们心潮澎湃、激情满怀在二位歌手和主持人的引领下、全体人员手中挥舞五星红旗，共同合唱《我和我的祖国》歌声中落下帷幕。

（北仑区老体协 汪苏国）

太极雄风庆国庆

9 月 30 日早晨，为庆祝中华人民共和国成立 70 周年，象山县委老干部局联合象山县老年人体育协会在人民广场隆重举行庆祝新中国 70 华诞专场太极拳展示活动。象山县人大常委会原副主任、县老体协主席林胜国，象山县委组织部副部长、县委老干部局局长钱永建，象山县民政局局长于文熙，象山县文化和广电旅游体育局副局长郑益，县老体协常务副主席范光辉，秘书长吴光曙出席活动仪式；县老体协林胜国主席致庆祝贺词。

500 余名太极人精神焕发、斗志昂扬，排着整齐的队伍，人手一枚国旗共同奏唱《歌唱祖国》，为我们伟大的祖国喝彩，并祝愿伟

大的祖国繁荣昌盛、日益强大。随后全体太极人表演了 103 式和 28 式太极拳，向亲爱的祖国献礼，为实现“健康中国”而努力。

（象山县老体协 吴光曙）

老年体讯

宁波市首届全民运动会暨第十八届运动会（第九届老运会）柔力球（套路）展示活动在北仑圆满落幕

9月10日至11日，由宁波市老年人体育协会主办，北仑区文化和广电旅游体育局、北仑区体育总会承办，北仑区老年人体育协会执行承办的宁波市首届全民运动会暨第十八届运动会（宁波市第九届老年人运动会）柔力球（套路）展示活动在北仑体艺中心举行。全市九个区、县（市）和镇海炼化的10支代表队170余名运动员、裁判员和工作人员参加此次展示活动。

本次柔力球（套路）展示活动设团体规定套路和自选套路、双人和个人自选套路四大项。二天的展示活动，柔力球女将们一个个神采飞扬，飒爽英姿，尽情发挥出最佳的技术水平，各代表队的团体、双人、单人自编套路各有特色，亮点纷呈。最后经过预、决赛激烈角逐，海曙区、北仑区、镇海炼化分获团体规定套路和自选套路的前三名；北仑区的王赛珍、邱秀佩获得双人项目第一名；任慧敏（海曙区）、徐欢君（北仑区）、陈秀兰（镇海区）、胡旭春（慈溪市）获得单人项目前四名；经评选，海曙区、北仑区获得自选套路“最佳编排奖”。

北仑区老年体协常务副主席兼秘书长王婵娟主持颁奖仪式，宁波市老年体协常务副主席兼秘书长金三叙、副主席郁亚明，北仑区体育总会副会长陈浪，北仑区老体协副主席李玲仙、刘明国，裁判长娄步月为获奖单位和个人颁发奖牌和荣誉证书。最后，展示活动在快乐、祥和的氛围中圆满落幕。

（北仑区老体协 汪苏国）

宁波市首届全民运动暨第十八届运动会 （第九届老年人运动会）健身秧歌展示活动在慈溪举行

9月16至17日，宁波市首届全民运动会暨第十八届运动会（宁波市第九届老年人运动会）健身秧歌展示活动在慈溪市周巷体艺馆举行，本次展示活动是宁波市首届全民运动会的指定项目，也是宁波市第九届老运会最后一次压台赛事。

展示活动由宁波市老体协主办，慈溪市老体协承办，周巷镇老体协协办。宁波、慈溪、周巷镇三级老体协对办好本次赛事都高度重视。对本次展示活动列入宁波市老体协年度工作的重点内容，赛前专发通知，专题召开筹备会议，展示期间，宁波市老体协常务副主席金三叙、副主席郁亚明等领导亲临现场指导。慈溪市老体协不仅年初接受任务落实部署，主席办公会议多次商量研究，而且在思想上、组织上、经费上及赛前筹备工作，都予充分的保证。周巷镇在食宿安排、场地落实、医疗安全保障、新闻媒体联络等方面，提供了优良、满意的服务。

展示活动于9月16日上午报到，下午走场彩排，17日上午正式展示。来自海曙、江北、镇海、北仑、鄞州、慈溪、宁海、象山、镇海炼化等9个县（市）区代表队近200名运动员、教练员、裁判员等参加了展示活动，经过二天紧张认真、公正友好的展示，规定和自选展示项目的排名各有其主。规定套路获金牌的代表队分别是：慈溪市、海曙区、鄞州区、象山县、宁海县；获银牌代表队分别是：北仑区、镇海区、镇海炼化、江北区；自选套路获得金牌的代表队分别是：象山县、慈溪市、海曙区、鄞州区、北仑区；获得银牌的代表队分别是：宁海县、镇海区、江北区。象山县和北仑区还获得本次展示活动的最佳编排奖。

（慈溪市老体协 国 达）

宁波市老体协送体育下乡暨余姚市第11届老年人地掷球交流活动圆满成功

9月21-23日，宁波市老体协送体育下乡暨余姚市第11届老年人地掷球交流活动，在全国革命老区奔小康示范镇---余姚市梁弄镇成功举办。

宁波市老体协举办送体育下乡活动，是新时代推进基层老年体育工作，丰富广大农村老年人体育文化生活的创新举措。根据年初的工作计划和基层的实际需要。这次正逢举国欢庆伟大祖国70华诞的节日期间，在革命老区余姚市梁弄镇举行送地掷球项目活动，更具有特

殊的意义。宁波市老体协常务副主席金三叙带队，特地邀请我国第一位世界地掷球比赛冠军，全国地掷球协会常务理事，浙江省地掷球协会竞赛委员会主任委员岑伟飞老师来举办地掷球培训班。余姚市各乡镇街道老年体协秘书长、余姚市地掷球分会教练员、裁判员共 80 多人参加学习培训，余姚市老体协常务副主席薛志成主持培训班。宁波市老体协常务副主席金三叙、镇海炼化老体协秘书长邬伟军，余姚市梁弄镇老体协副主席马余朋出席开班仪式。

宁波市老体协常务副主席金三叙作动员讲话，指出：我们宁波市老体协一行，到山青水秀的全国革命老区奔小康示范镇——梁弄镇，习近平总书记视察过并关心记挂在心的浙东红村——横坎头村，既是送体育下基层活动，更是接受深刻的光荣革命传统教育。这次送体育下乡活动，不同于以往，既不是送体育经费，又不是送体育设施，也不是送大型歌舞表演，而是送来一位全国知名教练，曾荣获世界地掷球项目冠军的名将，举办地掷球项目培训班。希望通过培训学有所成，把地掷球这一项国内外老年人普遍喜爱的体育健身项目，在余姚城乡进一步普及推广，让余姚市更多的老年朋友，因为地掷球运动而更加快乐，更加健康，更加时尚，更加幸福长寿。培训班分为基础理论知识和场地实践操作两个部分。岑伟飞老师结合自己的亲身实践和多年教学经验，理论联系实际，学用结合，深入浅出，形象生动地介绍了地掷球运动的起源，发展和当前趋势，竞赛规则，技术技巧和竞赛活动的组织指导，运用电化教学手段，图文并茂，教学互动，气氛十分活跃。理论授课结束后带领学员现场演练，实际操作。虽然天不作美，

下着霏霏秋雨，大家打着雨伞，穿着雨衣，冒雨练习，热情不减。老师一招一式的教，学员一次又一次地练，在秋雨中构建了一道靓丽的风景。

地掷球是一项深受老年人喜爱的老年体育健身项目。早在 2005 年，余姚市老体协在省老体协的关心支持下，学习推广地掷球项目，2009 年荣获省老体协授予“浙江省老年人地掷球之乡”，“浙江省地掷球培训基地”2011 年承办了全省老年人地掷球比赛，群众性地掷球运动不断发展提高。这次宁波市老体协送地掷球项目下乡，犹如锦上添花，使传统项目增添新的活力。好风凭借力，扶遥上青云。余姚市老体协充分利用宁波市老体协送体育下乡举办地掷球项目培训班的契机，乘势而上，学以致用，举办了余姚市第 11 届老年人地掷球交流活动，全市 17 个乡镇街道的 17 支代表队共 120 多名老年人参加交流活动。经过相互交流切磋，友好和谐竞争，有 10 支代表队获优胜奖；7 支代表队获优秀奖。余姚市老体协主席魏利民等领导为获奖单位颁奖。

宁波市老体协送体育下乡与举办余姚市第 11 届老年人地掷球 交流活动有机结合，形式创新，一举多得，收获颇丰，受到基层老年体协和广大地掷球运动爱好者的热烈拥护和一致好评。

（余姚市老体协 史明山）

简 讯

9 月 6-11 日，由中国老年人体育协会主办，福建省体育局支持，

将乐县人民政府承办，将乐县老年人体育协会等执行承办，中国老体协健身球操专业委员会等协办的 2019 年全国老年人健身球操交流活动在福建省将乐县举行，来自全国各地共 40 支男女代表队参加了这次交流活动。海曙区男子健身球队代表宁波市参加交流活动，荣获团体自编套路第一名、男子团体规定套路第二名的好成绩。

9 月 17—20 日，2019 年全国老年人柔力球（套路）交流活动在山东烟台举行，海曙区老年柔力球队代表宁波市参加了交流活动。最终获得团体规定项目第七名，自选项目第九名，取得总分 181.245 分的好成绩，夺得团体项目和单人项目（第七名）共二个优胜奖，并获体育道德风尚奖。

9 月 25 日，宁海县老体协举办“庆国庆·迎重阳 2019 年全县中老年人木兰双扇交流活动”。来自全县各镇乡、街道的 16 支代表队，140 名运动员参加了 38 式木兰双扇规定套路交流展示。经过多轮角逐，最终力洋、跃龙、西店代表队分别获得前三名。

9 月 30 日上午，鄞州区“敬老月”系列活动之庆祝新中国成立七十周年暨全国第七个老年节鄞州区老年人快乐舞步健身操交流（展示）活动在云龙镇文化中心体育馆举行。本次展示活动由鄞州区老龄工作委员会主办、鄞州区老年人体育协会承办，云龙镇老龄工委和云龙镇老年人体育分会协办，来自全区各镇、街道的 16 支代表队 200

余人参加。

9月，为庆祝建国70周年暨全国第七个老年节，由镇海区老年人体育协会主办的“庆国庆、欢度老年节”系列活动拉开了序幕，太极拳、可乐球、神鹤起飞健身操等老年健身项目在镇海区内举行，来自全区各镇（街道）共计400余名运动员参与本次活动。

10月8日上午，宁波市老体协主席施孝国主持召开市老体协第七届第17次主席办公会，对宁波市第九届老年人运动会闭幕式暨庆祝全国老年节活动进行总结。并布置10月份主要工作。



本刊地址：宁波市解放北路91号内中南小庄2楼，邮编315010

网址：[HTTP://WWW.NBLTX.CN](http://WWW.NBLTX.CN) 微信公众号：NB-LTX

电话：0574—87276121（传真） QQ：1368920508
