

全民健身 健康中原

2018 年河南省十四届中原武术大舞台将在淮阳举行

本报讯(记者 梁照曾 通讯员 闫伟)近日，记者获悉，2018 年河南省十四届中原武术大舞台将于 3 月 8 日在淮阳县羲皇广场举行。活动为期 3 天，届时，将集中展示我市诸多拳种。

该活动由河南省体育局、河南省文明办、河南省农业厅主办，河南省

武术运动管理中心、淮阳县人民政府、淮阳县教育体育局承办。凡周口境内有资质的武术社团、武术馆(校)、俱乐部和广大武术爱好者均可报名参加。

比赛按年龄分 5 组，报名者要根据自己的年龄选择报名组。比赛时间为 3

月 8 日至 3 月 10 日，地点在淮阳县羲皇广场。

一年一度的中原武术大舞台是展示河南武术的平台。我省的优秀拳种有长拳、伏羲八卦拳、查拳、华拳、炮拳、少林拳、心意六合拳、七势拳、大(小)洪拳、形意拳、八卦拳、通背拳、

过气锤、乾门八卦拳、梅花拳、两仪拳、八极拳、太极拳(包括各种门派)等。此次比赛，分为传统拳种套路单练、对练，团体表演和各种武术器械表演。

欲参加中原武术大舞台的团体或个人，可到淮阳县体育中心咨询报名。

外地心意拳弟子来周口寻根拜祖



本报讯(记者 梁照曾)2 月 25 日，我市已故著名心意拳大师石耀祖的诸多外地心意拳弟子，来周口寻根拜祖。

作为心意拳的中兴之地，周口一直备受心意拳界关注。100 年前，周家口作为中原四大名镇，商业繁华，吸引各派武术大师来周家口谋生。河南心意拳宗师袁凤仪，袁凤仪又培养出一批影响力深远的弟子，其中又以卢嵩高、宋国宾、尚学礼、杨殿清 4 人影响力最大。他们风格各异，皆成一代心意拳大师，为心意拳发展做出巨大贡献。

石耀祖是尚学礼的徒弟。作为

袁凤仪的再传弟子，石耀祖为人谦和低调，乐于助人，为心意拳的传播与发展做出了巨大贡献。10 年前，日本武术界人士多次拜访老人，且有学艺之意，被老人婉拒。日本武术杂志用 3 个版面对石耀祖及心意拳给予报道。

石耀祖秉承前辈衣钵，徒弟广布河南、安徽、湖北等地。此次来周口寻根拜祖的有安徽省合肥市的史东林、乔长良，阜阳市的范如新、张云龙，湖北省武汉市的刘俊安等 10 多名弟子。他们到周口祭奠恩师后，又到新落成的心意拳文化园拜祭买壮图、袁凤仪及尚学礼等心意拳大师，并和周口心意拳爱好者进行了技艺交流。

室内田径世锦赛闭幕 中国队收获一银一铜

新华社伯明翰 3 月 4 日电(记者 王子江)2018 年世界室内田径锦标赛 4 日结束了最后一天的角逐后在这里闭幕，最后一天只有两名选手出战的中国队没有新的收获，凭借苏炳添和巩立姣赢得的一银一铜位居奖牌榜第 17 位。

全国纪录保持者薛长锐在男子撑杆跳高比赛中，第一次试跳成功越过 5 米 45 的高度，当横杆升到 5 米 60 时，他第一次试跳失败，第二次成功过杆。但面对第三个高度 5 米 70 时，他三次试跳全部失败，最后名列第 11 位。

来自上海的谢文骏出战男子 60 米栏半决赛，结果以 7 秒 76 的成绩位居小

组第七，无缘决赛。

本届世界室内锦标赛的男子撑杆跳高决赛称得上是有史以来争夺最激烈的比赛之一，15 名参赛选手中，有 13 人越过了 5 米 60 的高度，9 人越过了 5 米 70，6 人越过了 5 米 80。来自法国的世界纪录保持者拉维勒尼从 5 米 70 开始起跳，最终以 5 米 90 的成绩第三次赢得室内世锦赛冠军。去年在伦敦世锦赛上分别获得冠军的美国选手肯德里克斯和波兰选手里塞克分获银牌和铜牌，两人的成绩都是 5 米 85。

当天比赛意外诞生了一项新的世界纪录，在男子 4X400 米接力比赛中，负责波兰队最后一棒的科里泽维纳在

最后时刻超越美国选手诺伍德，赢得冠军的同时，也以 3 分 1 秒 77 的成绩打破了这个项目 3 分 2 秒 13 的室内世界纪录。此前的世界纪录是美国队在 4 年前的波兰索波特世锦赛上创造的。

男子 60 米栏决赛也爆出冷门，英国选手波齐以 0.01 秒的优势力压美国选手伊顿赢得金牌，令现场观众陷入疯狂。埃塞俄比亚选手显示了在中长跑方面的优势，先是由 20 岁的科杰查成功卫冕男子 3000 米金牌，然后 18 岁的特弗拉赢得了男子 1500 米冠军。

女子 800 米决赛中，来自布隆迪的卫冕冠军尼约萨巴击败美国选手威尔

逊夺冠，并创造了本赛季 1 分 58 秒 31 的世界最好成绩。女子跳远比赛中，塞尔维亚名将斯潘诺维奇战胜美国的三届冠军布里特尼，赢得了个人首个世界冠军，成绩是 6 米 96。

女子 4X400 米接力比赛中，美国队优势明显，夺得三连冠的同时还打破了世锦赛纪录。

四天比赛结束后，美国队以 6 金 10 银 2 铜的战绩高居奖牌榜首，埃塞俄比亚以 4 金 1 银位居第二，波兰队以 2 金 2 银 1 铜位居第三。

世界室内田径锦标赛每两年举办一次，下届比赛将于 2020 年在中国南京举行。

小舞台展现全民健身大图景

新华社郑州 3 月 1 日电(记者 刘金辉)春节至元宵节期间，河南开封万岁山宋武侠城格外热闹，各类武术表演吸引着众多游客。已 90 岁高龄的太极拳大师范鸿信也在弟子们的簇拥下登台献艺，引来观众的一片喝彩。

范鸿信已连续 14 年参加开封市武术协会举办的武术庙会，他把庙会看成是各路好手切磋武艺的大聚会。“我除了一只耳朵有点背以外，身体其他地方没毛病。我一直坚持每天打太极拳两个小时，上台表演完全没问题。”范鸿信说。

据开封市武术协会相关负责人介

绍，开封市有着厚重的武术底蕴，已连续 14 年举办武术庙会。今年春节期间的武术庙会有开封 18 个门派的 300 余名武林精英登台表演。

武术庙会上，除了太极拳、大洪拳、少林拳等观众熟悉的拳种，平日里少见的查拳、奇士拳、子路八卦白拳、八式拳等拳种也悉数亮相，让观众们一饱眼福。

范鸿信说，武术庙会是开封武术界每年都期盼的节日，它给大家向老百姓展示武艺的平台，对传统武术的推广起到很大作用。

据河南省武术协会介绍，春节期间，类似于开封武术庙会这样的武术展

演在河南省各地共举办 19 场，成为当地老百姓春节文化娱乐生活的重要组成部分。

除了武术，河南省在春节期间还开展了篮球、乒乓球、气排球、柔力球、广场舞、门球、空竹等众多赛事，掀起了一波全民健身的高潮。

54 岁的牛运英和姐妹们一起从河南许昌来到长垣县参加河南省新春广场舞健身操大赛，她们表演了“丝绸之路”和“快乐秧歌”两个节目。

“跳广场舞能锻炼身体，心情也好，这是我退休之后最快乐的事。”牛运英说，她们是经过层层选拔，代表许

昌市来参加比赛的，而且已多次参加各种比赛，获得过不少奖项。

“虽然成绩不是最重要的，但我们心气儿也很高，不愿意落后，所以我们平常几乎每天都练，我们一起选曲目、编动作、买衣服，劲头十足，只有这样我们站在台上表演的时候才能自信满满，才能感受到付出的快乐。”已坚持跳了 6 年广场舞的牛运英说，希望政府能够提供更多的舞台，让更多的广场舞爱好者走上舞台，展示才艺。

据介绍，2018 年河南省新春广场健身操舞大赛共有 24 支代表队的 300 多名广场舞爱好者参赛。



动感瞬间

河南省第十届万村千乡农民篮球赛总决赛开赛

3 月 4 日，洛阳队球员张钊(右)在比赛中防守。

当日，河南省第十届万村千乡农民篮球赛总决赛在河南省洛宁县文化体育中心开赛。在首场比赛中，洛阳队以 77 比 53 战胜新乡队。

新华社发

“最美的风景在路上” ——宁夏一位跑步达人的健身经

● 新华社记者 何晨阳

“我 1 米 74 的个头，以前体重 90 多公斤，常常是人没进门，肚子先进来了。”身穿紧身衣、灰色长裤，脚踩银白色跑鞋的丁宁说，2012 年以前，他认为自己的胖是富态，当时，他连一公里都跑不了。

丁宁是宁夏银川市一家民营企业负责人，他的这身运动装束，是专门为参加 3 日由宁夏当地“草根”跑步组织——宁夏跑吧发起的城市之间马拉松赛准备的。在这场由 200 余名跑步爱好者参与，分为 21 公里、30 公里、42 公里和 50 公里四个项目的“草根”赛事

中，丁宁选择挑战 30 公里。

“现在 30 公里对我来说没问题。”丁宁说，2012 年一次孩子生病后，他充分认识到健康的重要性，从 1 公里跑起慢慢加量，经过近一年的坚持，不仅成功减重 20 公斤，还成了跑步达人。

回到老家后，很多朋友不认识丁宁了，以为他发生了什么变故或沾染上不良嗜好。“我跟朋友说是跑步瘦的，他们都不信，我说不信那你们开车跟着我，给你们跑个 10 公里。”丁宁笑着说，跑完 10 公里，朋友们都信了。

一些人常说没时间健身、没空跑

步，对丁宁而言“时间都是挤出来的”。他每天早晨 4:30 准时起床，4:50 出门跑步，7:20 到家吃饭准备上班。“跑步靠的是毅力，这种毅力是在不断坚持中产生的，千万不能半途而废。”丁宁说，为磨炼孩子意志，他常常孩子一起跑步。

运动健身，欲速则不达。丁宁说，开始跑步时，他每天加量 50 至 100 米，循序渐近延长跑步距离。为获得督促和鼓励，他加入了一个草根跑步组织，现在每次能跑 20 公里左右，跑三天休息一天。

跑步健身一定要科学有序。“最重要的是要看淡成绩和名次，同时，最好跑几天有一次休息，不能今天脑子一热跑几公里，明天又停了。”丁宁说，最美的风景在路上，获取健康的最好办法是先动起来，跑步与生活，中间有些东西是相通的，跑起来，就能收获意想不到的乐趣。

(新华社银川 3 月 3 日电)

体育故事

第十五届北京世界华人篮球赛将于 5 月末开幕

新华社北京 3 月 3 日电 记者日前从组委会获悉，第十五届北京世界华人篮球赛将于 5 月 27 日到 6 月 2 日在贵州省黔东南州兴义市举行。

此前，北京世界华人篮球赛已先后在北京、杭州、桂林、承德、珠海、合肥、惠州、大庆等地成功举办十四届，共有来自十多个国家和地区的 500 余支海外华人代表队参赛，先后有 4 万余人参与。

北京世界华人篮球赛是本世纪初经北京市人民政府、中国篮球协会批

准，由北京市体育总会主办、北京市篮球运动协会承办的一项篮球赛事。

在赛制上，本届赛事依然延续以往的分组要求。男子组方面，每 5 岁一个年龄组，并保留寿星组(75 岁以上)、古稀组(71 岁至 75 岁)、松柏组、长青组、中年组、中壮年组、壮年组、青壮年组、公开组(不受年龄限制，18 岁以上均可)的组别。女子组方面，分为壮年组、青壮年组和公开组等。另外比赛还设立混合组、要求队员在 45 岁以上，全队平均年龄不得小于 50 岁。

上海将举办世界铁人三项赛和摇滚马拉松

新华社上海 3 月 2 日电(记者 郑钧天 朱翊)记者在 2 日举行的上海市崇明区与万达体育战略合作签约仪式上获悉，2018 年世界铁人三项赛(IRONMAN 70.3)和摇滚马拉松(Rock N Roll Marathon)两项国际著名赛事将“花落”上海。

此系这两项国际赛事首次落地上海市崇明区。万达体育中国公司副总经理刘春表示，摇滚马拉松初步定于 10 月 13 日举办，世界铁人三项赛则初步定于 10 月 21 日举行。

铁人三项是世界上最具挑战的耐力运动之一，品牌市场占有率高达 91%的 IRONMAN 系列赛是铁人三项运动中影响力最大的赛事之一。摇滚马拉松则是全球最大的马拉松系列赛之一。

摇滚马拉松 2017 年在全球共举办 30 场分站赛，逾 60 万选手参赛。万达体育在收购这两项全球顶级耐力项目赛事 IP 之后，分别于 2016 年和 2017 年将两项比赛引入国内。



《周口日报·体育版》

聚焦体育事业 讲述体育人故事

周口报业传媒集团文体产业部

新闻热线:13592220015
监督热线:18638097310 13592220089
投稿邮箱:zkrbwtb@163.com

周口报业传媒集团文化体育有限公司

合作热线:0394-8599598 18638097320