



全民齐健身 欢乐总动员

——2009年郑州“全民健身日”活动剪影

本报记者 陈凯



锣鼓、秧歌、空竹……8月8日的绿城郑州全民健身活动丰富多彩。在纪念北京奥运会成功举办一周年之际，在迎接全国首个“全民健身日”到来之际，绿城郑州“动”了起来，“乐”了起来……

喧闹与和谐 广场活动“闹”翻天

家住中原区的李桂香和李英花两位老妈妈，是一对老邻居。昨天，老姐妹俩跟往常一样来到绿城广场晨练。而在这里举行的精彩纷呈的“全民健身日”活动，更是让这对老姐妹有幸饱足了眼福。

欢快的锣鼓敲起来，热情的秧歌扭起来，轻巧的空竹抖起来，11项活动近3000人的文体表演使得“全民健身日”中的绿城广场热闹非凡。两位老妈妈一边观看表演一边忙着浏览健康知识展板、接受国民体质测定，真是一刻也不闲。老人高兴地说：“这次活动真是精彩纷呈，希望以后这样的活动能多多举办，让更多的

更多的人参与到全民健身的行列中来。”

速度与激情 急速轮滑“炫”翻天

如烈火般急速狂奔，如闪电般转眼即逝……昨日的郑州七中高中部校园里热情澎湃，2009年河南省轮滑锦标赛在这里激战正酣。3天的时间里，来自全省16个地市的32支代表队近300名青少年轮滑高手汇聚一堂，在此比拼技艺。

温馨与从容 欢天喜地“美”翻天

听，那是《黎明的钟声》，一群身着拉丁舞服装的孩子翩翩起舞，他们就像是清晨的太阳般明亮；看，那是《太极功夫扇》，600名身着太极服装的长者，伴随着苍劲有力的音乐，舞动着手中的红扇，他们个个仙风道骨鹤发童颜……

友谊与欢乐 腰鼓秧歌“乐”翻天

伴随着《夕阳红》这首歌曲，《欢天喜地夕阳红》这台文艺表演结束了，而昨晚的全国第一届老年人体育健身大会的开幕式也再次达到了高潮。从广场到学校，从室外到室内，无论是白发苍苍的长者，还是身强体健的年轻人，热情的绿城市民纷纷加入到全民健身的行列中，他们在健身中享受着健康带来的欢乐，他们在健身中感受着汗水带出的激情……

8日上午落下了帷幕。活动虽然结束了，但来自全国各地的老年朋友们却已在参与交流活动中结下了深厚的友谊。

是啊，友谊地久天长！秧歌、腰鼓给老年朋友们带来了欢乐也让大家成了朋友。在友谊与欢乐的陪伴下，来自全国各地的老年朋友们在绿城郑州“乐”翻了天。

从广场到学校，从室外到室内，无论是白发苍苍的长者，还是身强体健的年轻人，热情的绿城市民纷纷加入到全民健身的行列中，他们在健身中享受着健康带来的欢乐，他们在健身中感受着汗水带出的激情……



1. 小跆拳道迷在绿城广场精彩亮相。

2. 全民健身月启动仪式上，老年人组成的红色扇子方阵成为一道靓丽的风景线。

3. “全民健身日，你我共健康”。昨日，我市全民健身活动在绿城广场启动。

4. 95岁的时玉琴老人在健身日里笑逐颜开。新郑市组织部门把庆祝健身日活动和帮扶新农村建设结合起来，给老人送来食品、买来凉席，陪老人聊天。

5. 郑东新区举办龙舟比赛，近3万群众参与。

6. 敲起锣打起鼓，欢天喜地迎接我们的节日。

7、8. 2009年河南省轮滑锦标赛上，小选手们正在进行激烈角逐。

9. 空竹抖出好精神。

10. 孩子，身体是革命的本钱，一定要坚持住啊！

本报记者 李焱 唐强 贺欢喜 刘超峰 摄

