

600条健身路径旧貌换新颜 绿城市民户外健身“高大上”



核心提示

今年年初,郑州市政府将“对全市600条健身路径的健身器材进行更新维护”列入为民办理的“十大实事”。目前,新的健身器材已经全部到位,而整个健身路径的更新维护也将于本月底结束。此次更新的健身器材全部按照新的国家标准进行设计生产。这些健身器材不仅外观更加靓丽,而且还有很多像“加入阻尼线圈”、“限制摆动高度”、“添加防撞护垫”等人性化理念加入其中,为使用者带来更加安全、舒适的健身体验。今后,绿城市民在使用这些健身器材进行身体锻炼时,体验到的将是前所未有的“高大上”。

实事落实市民点赞

“这些新健身器材太好了,用着舒服不说,而且还很牢固,让我们更放心。感谢市体育局为我们送来了健康,送来了安全。”26日上午,家住金水区文化路信息社区的张树锦老人,一看到记者便迫不及待地讲起自己的高兴事儿:“你看,十几件健身器材全都换成新的了。把我们高兴坏了!”顺着张树锦手指的方向,记者看到,崭新的太空漫步机、健骑机整齐地摆放在小花园一角,另一边崭新的伸臂器、转腰器也正在组装中。

“我们这个小区的健身器材差不多用了7年了,有些生锈,损坏的比较严重。刚开始我们想着可能只是把坏的更新维修一下,但市体育局的工作人员说,不管是否损毁,这些健身器材都到了使用期限,全部都要更换成新的。真的太感谢他们了,为我们的健康着想,为我们的安全着想!”张树锦一边竖起大拇指,一边激动地对记者说。

与张树锦老人一样开心的还有金水区豫财社区的周亚君大妈。社区新更换的健身器材中增加了新品种,让她和伙伴们健身时有了更多的选择,“这个伸臂器是这次新装上的,它对于缓解我们的腰疼和颈椎痛很有效果。我用它锻炼了一周多,感觉腰疼比以前好多了。”周大妈一边向记者介绍,一边开心地展示起伸臂器的使用方法。

周大妈告诉记者,她知道今年市政府为民办理的“十大实事”中就有关于健身器材更新维护的这项。“用上崭新的健身器材,让我们这些普通市民真正感受到了市政府的惠民政策,这才算是实事落到实处,我们当然要拍手称赞了!”

记者在采访中除了感受到市民对更新维护健身器材的拥护和称赞以外,听到最多的就是新器材比以前的老器材更加人性化、更加安全。

以太空漫步机为例,记者踏上漫步机,最先发现的是原本单片的脚踏板变成了带有四周防护的脚踏凹槽板,整个脚可以放入其中,另外,就是脚踏凹槽板前后两端都有橡胶护垫,开始漫步后,腿部摆动的幅度有了限制,达到一定的位置后就不能再摆动提高,而且摆腿也不再像以前一样轻而易举。

技术人员孟瑞鹏向记者

全新标准安全舒适

解释说:“你的这些感受,正是新器材人性化、安全化的体现。脚踏凹槽板可以起到防滑和保护作用,保证使用者在使用过程中不会滑落器械,伤到脚部;橡胶护垫则是保护他人之用,即使有人从太空漫步机前后经过,被脚踏凹槽板碰到,也不会碰伤;而限定摆腿幅度则是为了避免使用者由于摆腿过高而造成运动损伤;至于摆动力度的限制,也是因为加装了阻尼线圈,限定摆动频率,不至于摆动过快给使用者造成损伤。”

孟瑞鹏还告诉记者,更新的健身器材全部是按照新的

国家标准进行设计和生产的。与2007年以前集中安装的健身器材相比,这些新器材在很多细节上进行了更人性化的改进,除了与使用者直接接触的部件更加注重安全和多重功效外,以前裸露的螺丝帽、带棱角的小部件也全部隐藏了起来,为的就是消除安全隐患。另外,根据人体力学原理,新器材对摆动幅度和力度进行了限制,可以最大程度避免运动损伤。“可以说,这些新健身器材可谓是完全体现出了‘高大上’的新理念、新功效。使用者在健身时既安全又舒适。”

左上图:市民在新器材上锻炼。
下图:工作人员安装新器械。



加强监管持续惠民

为了给广大市民提供良好的健身环境,市体育局2013年就对我市的健身路径进行了普查统计。体育设施管理处的张枫云告诉记者:“健身器材安装的渠道比较多,有政府体育部门、文化部门、民政部门安装的,还有开发商、办事处、社区、农村安装的,有的符合国家标准要求,有的不符合国家标准,还有的属于‘三无’产品,从上世纪90年代开始安装,到现在没有进行更新,已严重超期使用,存在安全隐患,影响了全民

健身的需要。因此,2013年底市体育局申请市委、市政府把2007年以前安装的、不符合国家安全标准的600条健身路径健身器材进行更新,列入今年为民办理的‘十大实事’。”

“目前我们已经对400条健身路径的健身器材进行了更新维护。预计本月底将对600条健身路径健身器材的更新维护,个别的最近12月底完成。”张枫云如是说。

600条健身路径的健身器材全部

旧貌换新颜,今后如何对其进行管理呢?张枫云说:“今后我们将设置动态监管机制加强监管,并向市政府申请了每年150万元的专项资金,督促社区和厂家对健身器材进行定期更新维护,同时还将不定期组织社会体育指导员深入各健身器材路径,对市民免费讲解各个健身器材的科学使用方法。我们就是要将这项惠民政策持续进行下去,为广大绿城市民提供更加良好的健身环境。”

本报记者 陈凯文/图

央视体坛风云人物年度初选 五名河南队员入围候选名单

本报讯(记者 刘超峰)昨天,央视官网推出了CCTV体坛风云人物年度初选名单,其中,我市著名运动员宁泽涛凭借在韩国釜山亚运会以及国内外一系列赛事的突出表现,获得最佳男运动员的提名,他还和队友一起获得年度最佳组合候选人提名。河南排球名将朱婷近几年风头正劲,已成为中国女排的绝对主力,这次朱婷也入围最佳女运动员候选,另外我省跆拳道名将郭耘菲和朱婷一起入围最佳女运动员提名。刚刚在世界女子九球锦标赛夺冠,从我省兰州走出去的台球美女刘莎莎入围最佳非奥运动员候选。而来自我省的残疾人游泳名将许庆,也获得2014体坛风云人物年度残疾人体育精神奖候选。据悉,总评投票仪式和颁奖盛典将在2015年2月1日举行。

第11届CCTV体坛风云人物年度评选今年9月启动,自2001年创办以来,“CCTV体坛风云人物年度评选”已成为国内规模最大、最权威的体育人物评选。本年度的体坛风云人物在奖项设置方面保留“10+1”(10个专业奖项和1个评委大奖)格局,取消了2008年设立的年度特别贡献奖,改为年度突破奖。

据了解,本年度的评选分为初评和总评两个阶段。初评投票即将开始,体育界、媒体界等领域的近400名评委将进行记名投票,从候选大名单中投票推举出各奖项的提名奖。经过近一个月的投票,预计在年底公布提名奖获得者。

足协公布31人名单

新华社北京11月27日体育专电(记者 郑道锦 公兵)焦点人物、北京国安中场核心张稀哲还是没有得到佩兰的征召,落选了国足公布的国足国家队12月集训的31人名单。

为备战明年1月9日在澳大利亚揭幕的2015年亚洲杯足球赛,中国足球队将于12月7日在广东清远集中,开始在清远和湖南郴州开始集训,在12月底赴澳大利亚之前将对阵吉尔吉斯斯坦和巴勒斯坦的两场热身赛。在按照足协要求公布了50人的大名单后,中国足协又公布了压缩后的最新31人集训名单,这份名单中张稀哲则成了被压缩的对象。

这份名单中值得关注的球员还包括山东鲁能队的边路突击手刘彬彬、后卫王彤,上海绿地的前锋高迪,江苏舜天的边路好手吉翔,辽宁宏运的国奥攻击手杨超,以及贵州人和的饶伟辉。但由于亚洲杯正式名单还要进一步压缩到23人,因此最后几场热身赛中这些在国家队中的新人还得拿出惊艳的表现才有可能进军澳大利亚。

中国队在亚洲杯上的首场比赛将于明年1月10日在布里斯班进行,对手是西亚劲旅沙特阿拉伯队。与中国队同组的还有中亚劲旅乌兹别克斯坦队以及朝鲜队。

- 以下是国足集训队员名单:
- 广州恒大:曾诚、于汉超、张琳芃、廖力生、郑智、梅方、李学鹏、郜林、冯潇霆;
 - 山东鲁能:王大雷、王彤、刘彬彬、蒿俊闵;
 - 北京国安:张呈栋、杨智;
 - 贵州人和:饶伟辉、于海;
 - 大连阿尔滨:张佳祺;
 - 广州富力:姜至鹏;
 - 上海绿地:高迪;
 - 上海东亚:颜骏凌、武磊、蔡慧康;
 - 辽宁宏运:杨超;
 - 江苏舜天:任航、吉翔、李昂、吴曦、刘建业、孙可;
 - 长春亚泰:杨旭。

河南男排轻取河北

本报讯(记者 陈凯)昨晚,本赛季中国男排联赛展开了第四轮的争夺,在其中的一场比赛中,坐镇主场许昌职业技术学院体育馆的河南天冠男排,经过4局战斗,最终以3:1轻取本轮对手河北男排。

昨晚比赛前,河北男排在前三轮的比赛中未胜一场,排名小组垫底,河南男排尽管只取得了一场胜利,但整体实力还是要高出对手一大截。果然,比赛开始后,河南男排迅速掌控了场上的主动权以25:18轻松拿下首局;第二局,河南男排自身失误偏多被对手以25:23扳回一城;随后的比赛,河南男排稳扎稳打再没有给对手任何机会,以28:26、25:19连下两城,从而以大比分3:1战胜对手。是役,河南男排4人得分上双,打出了整体的攻击性,而河北男排仅有2人得分达到了两位数。本轮过后,河南男排以2胜2负的战绩暂列小组第四。

本周日,河南男排又将转战淮北,挑战实力不俗的八一男排,两队目前战绩相同,八一男排凭借小分暂时排在河南男排之前,彼此间此番较量也将对两队冲击本赛季八强产生重要影响。

“谁是球王”明日决战

本报讯(记者 刘超峰)昨天,记者从省球类中心获悉,经过预赛赛的激烈比拼,规模空前的2014“谁是球王”中国民间足球争霸赛河南赛区的3个冠军已经产生。今天,来自郑州、洛阳以及临颍3个赛区的冠军齐聚郑州展开厮杀,产生河南赛区的总冠军,参加华中赛区的总决赛。

由中央电视台、国家体育总局、教育部联合主办的2014年“谁是球王”中国民间足球争霸赛在8月8日打响,是继“谁是球王”第一季(乒乓球)、第二季(羽毛球)后,为大力普及足球运动而举行的一项大型群众体育赛事。通过中央电视台和其他媒体的全面报道,推广全民健身,传递社会正能量。本次比赛共分海选赛、大区赛和总决赛3个阶段,赛事历时半年。河南省共有郑州市、洛阳市和漯河市临颍县3个赛区,展开了声势浩大的预赛并决出了各个赛区的冠军。

省中式台球赛郑州站收杆

本报讯(记者 刘超峰)昨天,记者从省社体中心获悉,2014河南省中式台球排名赛第五站比赛,日前在河南星辉台球俱乐部收杆,名将张广豪与王林翰有惊无险的分别战胜了对手会师决赛,最终张广豪技高一筹以9:7的比分艰难战胜了王林翰夺得冠军,并赢得8000元冠军奖金。

据了解,2014河南省中式台球排名赛第五站比赛延续了前四站的火热场面,吸引了省内各地区的台球高手参加比赛,包括名将张广豪、王林翰等,12月26日~28日本次赛事将在信阳展开今年排名赛的最后一站。

欧冠:马竞阿森纳晋级淘汰赛

新华社伦敦11月26日体育专电 2014~2015赛季欧洲足球冠军联赛26日结束小组赛第五轮争夺。上赛季亚军马德里竞技队以4:0大胜奥林匹亚科斯队,阿森纳队依靠桑切斯精彩进球以2:0击败多特蒙德队,两队携手晋级16强。

克罗地亚前锋曼朱基奇成为马竞大胜的首功之臣,上演“帽子戏法”。目前马竞以12分领跑A组。

同组的尤文图斯当日以2:0击败瑞典球队马尔默,以9分排名小组第二。马尔默西奥的精准传球找到略伦特,后者冷静地打入近三场比赛中的第三球。特维斯此后再下一城,为“斑马军团”锁定胜局。

“我们在上半场抵挡住了马尔默队制造的压力,然后在下半场的表现有所起色。”马尔默西奥说。

皇家马德里队以1:0小胜巴塞罗那队。第35分钟,本泽马助攻,C罗在点球点附近推射空门得手。这是葡萄牙人本赛季在各项赛事中的第26粒进球,也是他的第71粒欧冠联赛进球。至此“银河战舰”在各项赛事中豪取15连胜。

遭遇四连败后,利物浦队还未找到应有的状态,糟糕的后防线让他们2:2

被保加利亚球队卢多戈雷茨逼平。

开场仅3分钟,阿巴洛就为卢多戈雷茨队取得领先。在利物浦队的兰伯特和亨德森连入两球反超比分后,“红军”球员终场前在防守对方一次角球时盯人不紧,被特尔齐耶夫头球破门。

阿森纳队小将萨诺格在第二分钟攻入正式比赛中的处子球,此后桑切斯在禁区线附近左路一脚弧线球打入球门远角。阿森纳队得以连续第15个赛季晋级欧冠联赛淘汰赛,主教练温格肩上的压力稍稍得到缓解。

温格说:“能够如此一如既往地很不容易,我为球队感到非常骄傲。我们还渴望更多。”

其他比赛中,勒沃库森队0:1不敌摩纳哥队,安德莱赫特队2:0战胜加拉塔萨雷队,圣彼得堡泽尼特队1:0小胜本菲卡队。



右图:在对阵巴塞罗那的比赛中,C罗打入一球,将个人的欧冠进球数提高到了71个,追平了皇马前辈劳尔,距离刚刚加冕欧冠历史射手王的梅西还有三球的差距。

左下图:桑切斯庆祝进球。新华社发

赛很可能将直接决定两队的命运。在拜仁获胜的前提下,曼城在罗马战成一个1:1以上的平局便可以淘汰罗马成为小组第二。反观罗马,只要在最后一场比赛中战胜曼城,无论另一场比赛结果如何,便可以与拜仁携手晋级。

另一支意甲球队尤文图斯则相对轻松,原本出线形势岌岌可危的“老妇人”取得欧冠两连胜,下一场比赛主场面对已经提前出线的马竞,只要战平,便可晋级。但如果尤文图斯想力争小组第一,还得再下一番功夫。

在英超已经4轮不胜的利物浦在面临保加利亚球队卢多戈雷茨时也没有讨到任何便宜,比赛最后时刻被主队扳平。5轮过后仅积4分的“红军”将在最后一场比赛中迎战巴塞罗那,目前利物浦落后巴塞罗那2分,一旦无法获胜,罗杰斯的球队将遭遇出局的厄运。

除此之外,在其他几个依然存在变数的小组中,巴黎圣日耳曼与巴塞罗那、多特蒙德与阿森纳将为各自小组的头名进行最后的冲刺,而里斯本竞技与沙尔克04、摩纳哥与圣彼得堡泽尼特将为各自小组仅余的一个出线名额展开最后的角逐。

新华社记者 韦骥

看谁命硬

