

慈善迷你马拉松明日东区开跑

几点注意事项跑友需留心

本报讯(记者 陈凯)明天上午10:00,2015 崔嵬“为足球·爱奔跑”慈善迷你马拉松,将在郑东新区准时开跑。目前赛事的各项准备工作已经准备就绪。为了让广大跑友能够愉快地顺利参赛,赛事主办方也特意通过本报向广大跑友发布几点注意事项,提醒大家留心关注。

2015 崔嵬“为足球·爱奔跑”慈善迷你马拉松,是中国郑东国际马拉松赛组委会联合安利公司推出的慈善慢跑活动,也是郑东马拉松十周年庆典活动之一。旨在通过本次活动的引领全民健身热潮,倡导健康的生活方式。同时邀请参赛的跑友一起关注中国足球发展,助力足球公益事业。今年的迷你马拉松全程约5公里,将继续延续“为爱奔跑”的主题,所募资金将用于开展青少年足球基础培训,举办青少年足球冬令营等活动。明天上午10:00,本次马拉松将在郑东新区商务内环如意湖文化广场准时开跑,参赛跑友需合理安排自己的时间,最好提前半小时入场,以免影响行程。

本次马拉松的跑步路线为:从如意湖文化广场→会展路→会展桥→商务内环内环→商务西七街折返→商务内环外侧→九

康的生活方式。同时邀请参赛的跑友一起关注中国足球发展,助力足球公益事业。今年的迷你马拉松全程约5公里,将继续延续“为爱奔跑”的主题,所募资金将用于开展青少年足球基础培训,举办青少年足球冬令营等活动。明天上午10:00,本次马拉松将在郑东新区商务内环如意湖文化广场准时开跑,参赛跑友需合理安排自己的时间,最好提前半小时入场,以免影响行程。

本次马拉松的跑步路线为:从如意湖文化广场→会展路→会展桥→商务内环内环→商务西七街折返→商务内环外侧→九

如东路折返→会展路→如意湖文化广场。活动期间(26日早上8时至中午12时),沿途部分道路和区域,将实行临时交通管制,管制期间禁止一切机动车辆在交通管制道路和区域内通行或停放。参加活动的跑友请尽量选择乘坐公共交通工具这样的绿色出行方式抵达比赛起点。

比赛当天,广大跑友不要忘记佩戴郑东马拉松组委会发放的参赛号码布,遵守赛场秩序。赛前准备合适的鞋子和适当的衣服,带小孩的跑友请照看好自己的孩子以防走失。另外,比赛将会消耗一定的体

力,跑友赛前注意饮食,多吃蔬菜、米饭等主食,补充葡萄糖,调整好作息时间。此次活动倡导的是“健康跑”理念,不计成绩,跑友在跑步中一定要结合自身实际情况量力而行,一旦出现身体不适的情况,应立即停止跑步,以免造成身体不必要的损伤。

为了更好地让广大跑友进行互动以及更多的市民参与到本次活动中,比赛期间和结束后,主办方还在CBD文化广场上设立了“带球绕杆”“夹球直线跳”“脚后跟射门”三个丰富有趣的游戏,并在现场为参与者准备了精美的奖品。

董洁:认真对待每部作品

本报记者 秦华

2015年对董洁来说,是作品爆发年:5月,电视剧《虎妈猫爸》热播,董洁在剧中饰演女二号“唐琳”,近日凭借这个角色获得“国剧盛典最受观众喜爱女配角”;6月,拍摄了电视剧《南京爱情》;10月,和张嘉译、王琳联合主演的电视剧《花开如梦》杀青,她一人分饰两角……董洁是否有意转型?对于未来的演艺之路有何规划?记者昨日采访了董洁。

《虎妈猫爸》是当之无愧的年度大剧,董洁此次饰演的唐琳是个并不讨喜的角色,董洁坦言:“这个角色和我本人以往塑造的形象、和现实生活中的我都不太一样,对我来说是一次突破和改变,遇到这样的角色,我可以丰富自己的想象,在角色身上添加很多自己的理解,所以演起来也很开心。”她说,通过这次尝试有点“坏”的角色,她以后接戏也不会拒绝那些可能不那么完美的角色,“我希望看到一个人的不完美,从她的缺陷去入手,挖掘出她行为或者思想的一些原因,我觉得这样的人物其实给演员的发挥空间更大。”

董洁说,今年她拍了《南京爱情》《花开如梦》两部作品,数量不多,但戏量都很重,尤其是《花开如梦》,一人饰演两个角色,表演发挥空间较大,整部戏下来她有八百多场戏,“我在《花开如梦》上花了挺大的心思,所以特别期待听到它明年上星后观众的评价。我现在对角色有自己的挑剔和坚持,我在接每一部戏的时候都会认真地思考权衡,希望质量有保证。”

近年来,董洁电视剧作品不多,电影作品就更少了,谈及此,董洁表示:“我非常喜欢拍电影,我出道的第一部作品就是电影。但相对于电视剧,碰到好的电影剧本机会更小,这几年电影市场变化非常大,基本上已经没有什么剧情片,大部分都是商业片,所以对于演员来讲,能遇到好导演好剧本的机会十分渺茫,但是我一定会特别努力,而且我一直在看电影,就是希望能够找到自己喜欢的类型,找准适合自己的方向,以后不盲目地选择电影剧本。”

影视圈瞬息万变,董洁是否会刻意改变自己去迎合“潮流”?“我觉得不会,如果没有一个好的角色,我就会踏踏实实做我目前想做的事情,我相信在我现在这个阶段已经没必要去迎合所谓的‘潮流’了,我最看重的是做自己想做、值得我花时间认真做的事情。”

万村千乡篮球赛 郑州赛区昨结束

本报讯(记者 陈凯)经过3天激烈角逐,一年一度的河南省第八届“万村千乡”农民篮球赛郑州赛区决赛,昨天在郑州市体育运动学校篮球馆落下帷幕。最终,新郑、金水和中牟三分队分获本次比赛前三名。

据了解,本次比赛由郑州市体育局主办,郑州市篮球协会承办,共吸引了来自新郑、中牟、金水等县(市)区8支代表队的100余名教练员、运动员参赛。比赛分为小组赛和淘汰赛两个阶段。虽然只是普通的农民篮球赛,但是参赛的农民朋友个个认真积极。他们的技术固然无法与专业篮球运动员相比,但他们参与比赛的激情丝毫不比专业球员差。通过本次比赛,我市广大农民朋友在篮球运动中体验了参与全民健身活动的快乐。

河南省“万村千乡”农民篮球赛,每年举办一届,参与此活动的人数每年有30万,现已发展成为我省的一项群众体育的品牌赛事,大大丰富了我省广大农民的体育文化生活,增强了他们的体育健身意识。

河南女篮迎来两连胜

本报讯(记者 陈凯)昨晚,本赛季中国女子篮球联赛(WCBA)展开了第三阶段分段赛第二轮(总第24轮)的争夺。在其中C组的一场比赛中,坐镇主场洛阳新区体育中心体育馆的河南伊川农商银行女篮,与黑龙江女篮再战一场,最终,河南女篮凭借高效的命中率,以94:70再度大胜对手,迎来本阶段两连胜,为自己和球迷送上了一份丰厚的平安夜大礼。

赛一开场便抢得主动权,外援仙杨·帕克、中华台北球员黄品蓁、老国手陈晓丽、本土悍将孙杰轮番出击,半场结束时,河南女篮以45:34领先。

易边再战,黑龙江女篮在“女科比”纪妍妍的带领下试图发起反击,尽管本场比赛她独得全场最高的27分,无奈单凭她的一己之力根本无法撼动整体占优的河南女篮。顶住对手的反击,河南女篮下半场稳扎稳打,并保持高效的命中率,是役球队两分球命中率达到53.85%,三分球虽没上一场那么精准,但也有17投9中52.94%的命中率。最终,河南女篮以24分的巨大优势再胜黑龙江女篮。



12月23日,湖人队球员科比(右)在比赛中带球进攻。当日,在2015-2016赛季NBA常规赛中,洛杉矶湖人队主场以85:120不敌俄克拉荷马雷霆队。 新华社发

男排联赛豫军负强敌

本报讯(记者 陈凯)昨晚,本赛季中国男子排球联赛展开了第二阶段循环赛首轮的争夺。在I组(八强战)的一场争夺中,做客上海的河南天冠男排经过四局苦战,最终以1:3不敌卫冕冠军上海男排,第二阶段未能拿下“开门红”。

排颇具压力。虽然面对的是实力派“狠角色”,但河南男排的小伙子们昨天并不怯场,打得有声有色,首局更是与对手鏖战至29平,最后由于失误被上海男排以31:29拿下;第二局河南男排又是与对手战斗到最后一刻,以23:25惜败;第三局,并未放弃的河南男排以25:23扳回一城;不过第四局,由于实力和经验上的欠缺,再加上心态出现变化,最终以17:25输掉了整场比赛。

郑州市违法建设拆除情况通报

以下为市内五区、开发区数据汇总

第四十七期

序号	所属区	办事处名称	建设单位(建设人)	具体位置	建筑物分类	建筑面积(m ²)	结构	层数	序号	所属区	办事处名称	建设单位(建设人)	具体位置	建筑物分类	建筑面积(m ²)	结构	层数		
1	二七区	建中街街道办事处	郑州高锦房地产开发有限公司	政通路北侧,庆丰街西	其他	360	钢架	5	42	惠济区	迎宾路街道办事处	个人	盈家水岸小区12楼-6	住宅	50	砖混	1		
2				小张轮胎	汉江路建云街东10米路南	商用	10	彩板	1				43	个人	开元路北木马村铁路沿线	商用	580	彩板	1
3				开封庞记烧鸡	汉江路建云街东20米路南	商用	5	彩板	1				44	个人	迎宾路银通路西南角	住宅	50	砖混	1
4				李记热干面	汉江路建云街东40米路南	商用	5	彩板	1				45	个人	香山路与金桥路交叉路口两侧	商用	800	彩板	1
5				花语轩	汉江路建云街东50米路南	商用	30	玻璃房	1				46	个人	月季街北段路西	商用	700	彩板	1
6				金鑫健身会所	汉江路建云街东80米路南	商用	5	砖混	1				47	个人	银通路西、英才街南	商用	800	彩板	1
7		嵩山路街道办事处	百姓广场图书城珠江荣城16号楼1单元	南三环兴华南街交叉口	商用	50	彩板	1	48		个人	固城周边多处	商用	200	彩板	1			
8				个人	尖岗社区中原第一城附近	商用	800	钢构	1		49	个人	李西河村四组(村南)多处	商用	300	彩板	1		
9				个人	尖岗社区中原第一城附近	商用	800	钢构	1		50	个人	开元路金河路交叉口西南角	商用	300	彩板	1		
10				翰林世家物业	桃源路25号	其他	40	钢架、木板	1		51	个人	胖庄村五组地湾北	住宅	90	砖混	1		
11				个人	尖岗社区中原第一城附近	商用	800	钢构	1		52	个人	户庄中街北	住宅	60	砖混	1		
12				个人	尖岗社区中原第一城附近	商用	800	钢构	1		53	个人	北四环北、东赵小区西	住宅	80	砖混	1		
13	管城区	航海东路街道办事处	个人	未来路859号院2号楼6楼东户	自用	10	彩板	1	54	刘寨街道办事处	个人	大骨头后边	商用	400	砖混	1			
14	中原区	须水街道办事处	无主房	新田大道西、陇海西路北(马庄苗圃西侧)	其他	4000	砖混	3	55			个人	贾河惠龙社区西南角	商用	80	彩板	1		
15				个人	北三环南、西干路西南角	商用	448	砖混	1			56	个人	毛庄菜场南门一处	商用	80	彩板	1	
16				个人	北三环北、京广铁路西	商用	216	钢架	1			57	个人	贾河村西西北角	商用	2000	钢架	2	
17				个人	三全路北、长兴路西、电动车市场东	商用	100	钢架	1			58	个人	地湾周边多处	商用	300	砖混	1	
18				个人	常青路路东第一家	商用	200	彩板	1			59	个人	开元路向西50米路北	商用	200	钢架	1	
19				个人	常青路路东第二家	商用	50	砖混	1	60	个人	东风路同乐南院西门口	商用	15	彩板	1			
20		个人	银河路与常青路交叉口西北角	商用	40	彩板	1	61	个人	东风路同乐广场西侧	商用	30	彩板	1					
21		个人	长兴路西、老鸦陈中心街路北	商用	10	彩板	1	62	个人	东风路同乐广场西侧	商用	10	彩板	1					
22		个人	新庄东、生产路西	商用	150	砖混	1	63	个人	东风路同乐广场西侧	商用	10	彩板	1					
23		个人	北四环北、丰业街交叉口向东100米路北	商用	200	砖混	1	64	个人	师家河村东北索须河西、铁路南	商用	200	钢架	1					
24		个人	白庙村东、林带路北	商用	1800	钢架	1	65	个人	西四环西、大河路南、师南路东	商用	2000	钢架	1					
25		个人	前刘村村东、绿城路北	商用	120	钢架	1	66	个人	师南路南、师家河引黄干渠西300米	商用	100	钢架	1					
26	个人	绿源路两侧新村2间	商用	40	彩板	1	67	不详	树头村	其他	1470	砖混	2、3、3、3						
27	个人	惠民街西、丽水源农家院	商用	500	砖混	1	68	不详	祥符刘村	其他	1740	砖混	2、3、3、3、2						
28	个人	绿源路两侧新村3处	商用	60	彩板	1	69	不详	冯庄村	其他	300	砖混	1						
29	个人	太平村郑州骏中油业公司对面	商用	500	钢架	1	70	不详	树头村	其他	1300	钢架铁皮	1						
30	个人	绿城路防汛路交叉口黄河饭店对面	商用	70	彩板	1	71	不详	树头村	其他	300	钢架	1						
31	个人	中铁七局郑焦城际铁路项目一部西、索须河北一院内	商用	300	钢架	1	72	不详	树头村	其他	300	钢架	1						
32	个人	九龙农业合作社北500米路西	商用	100	彩板	1	73	不详	树头村	其他	300	钢架	1						
33	个人	北四环北、丰业街交叉口向东200米路南	商用	600	钢架	1	74	不详	树头村村西路北	其他	360	砖混	2						
34	个人	北四环南侧海川加油站对面	商用	150	钢架	1	75	不详	树头村村西路北	其他	360	砖混	2						
35	个人	彭岗公路与防汛路交叉口西南角3处	商用	200	钢架	1	76	不详	商登高速入口西北侧	其他	1000	砖混	2						
36	个人	北四环丰硕街、丰业街道路两侧	住宅	40	彩板	1	77	不详	牡丹路月季街向西	商用	210	彩板	1						
37	个人	牛庄村内,黄河大堤南侧道路北侧	商用	600	钢架	1	78	不详	小双桥菜地	农用	350	大棚	1						
38	个人	江山路西、大河路南	商用	2400	钢架	1	79	不详	岳岗南地	农用	230	砖混	1						
39	个人	铁炉寨六组京广铁路东侧	商用	1500	钢架	1	80	不详	小榆林	商用	20	彩板	1						
40	个人	绿源路惠济桥村北一处	商用	40	彩板	1	81	个人	祥云寺村北机场高速南	商用	3000	钢构	1						
41	个人	保合寨太平村十字路口东南角	住宅	300	砖混	1	82	个人	祥云寺村北机场高速南	商用	1000	砖混	2						