

# 你展示你的美 他定格你的美

## ——2018天健湖·郑州国际女子马拉松将举办现场摄影比赛

本报讯(记者 郭韬略 刘超峰)2018天健湖·郑州国际女子马拉松赛将于4月29日在郑州高新区鸣枪,为全面展示大赛盛况,记录大赛精彩瞬间,郑州国际女子马拉松组委会、郑州报业集团、郑报豫观视界等机构将联合举办“2018天健湖·郑州国际女子马拉松现场摄影比赛”活动,比赛将面向摄影家、摄影爱好者及广大市民征集大赛当天的盛大场面、感人瞬间、运动员风采、辛勤敬业的工作人

员以及赛场沿途风光和建设成就等内容摄影作品。

作品要求能够体现健康阳光的运动生活理念,充分展现出女性的活力与风采,突出“健康、时尚、美丽、快乐”等元素;可以抓拍起跑、冲线、现场文艺表演、观众为选手加油助威的场面,以及工作人员、赛事官员、裁判员、交警、记者、医疗救护以及志愿者等人员的工作场景;同时还可以拍摄本次马拉松参赛与城市

风光的融合,用摄影作品塑造出一张张城市名片。

据了解,本次比赛将设置一等奖2名,二等奖3名,三等奖5名,优秀奖若干,颁发相应奖金及证书;本次活动征稿邮箱为:zzwbsy@126.com 投稿时请在邮件标题注明“女子马拉松”字样,作品命名为:作品名+作者名+手机号,于截稿日期前打包发送到征稿邮箱;截稿日期为2018年5月3日。征稿工作结

束后,活动主办方将邀请摄影专家组成评委组,对投稿作品进行评审,大赛获奖情况和入选作品将在有关媒体和刊物进行刊登、选用,同事对获奖作者将进行表彰;热忱欢迎广大摄影家、摄影爱好者和广大市民积极参与,踊跃投稿,贡献佳作。

有关本次摄影比赛的具体情况,请关注豫观影像微信公众平台进行了解。



# 让一个靠谱的人为你领跑 女子马拉松进行“兔子”培训

本报记者 郭韬略 刘超峰 文图

随着国内马拉松赛事的逐步发展,一批专门为选手领跑的“兔子”正在成为赛事的“标配”。而2018天健湖·郑州国际女子马拉松的比赛中,这些“兔子”更是一群特殊的人,因为在专门针对女性选手的半程马拉松过程中,他们是仅有的被允许上赛道的男性。为了能让“兔子”们有更好的表现,也让选手们享受到更好的服务能够跑得更加顺畅、更加舒心。昨天下午,赛事组委会专门邀请了国内知名的马拉松赛事专业热身教练韩菲,对他们进行了培训。

### 作用重要的“兔子”

在马拉松等长跑比赛中,领跑者往往要比跟跑者耗费更大的体力,所以在专业比赛中就逐渐出现了团队作

战的情况,队友们交替领跑,成为一种重要的战术。随着人们对领跑者作用的理

解和重视,也就逐渐出现了专门的“领跑员”,他们的任务是以自己的实力来帮助其他参赛者顺利完赛。

“兔子”的官方名称叫“配速员”,他们的工作既简单又复杂,简单来讲,他们只需要和参赛者一起跑步就行了,复杂则在于“兔子”必须依照相对固定的速度前行,完成比赛。在比赛中,“兔子”会带有写有不同完赛时间的标记,参赛者根据自己的实力和目标完赛时间,选择不同的“兔子”去跟跑就行了。所以,“兔子”要有相当强的个人实力,同时把握时间的能力也要很强。虽然各自的完赛时间不同,

但“兔子”的平均速度是要基本稳定的,每公里的速度误差上下一般不超过15秒。

现在的大型马拉松赛事,组委会一般都会提供“兔子”来帮助普通跑友实现自身目标,而“兔子”的产生也都是经过严格的招募、选拔和培训的。

### 当一名合格的“兔子”

此次郑州国际女子马拉松按照不同的完赛时间:1小时45分、2小时、2小时15分、2小时30分、2小时45分和3小时,共设置6组“兔子”,每组5人,共30人。

昨天下午,组委会特别邀请了美女教练韩菲为“兔子”们进行培训,拥有北京比戈跑步学院认证教练、美国运动委员会认证私人教练等多个头衔的韩菲,是国内知名的马拉松赛制

专业热身教练,曾为多个马拉松赛事提供“兔子”培训,而她本人也是马拉松运动的亲身参与者,来郑州前她才完成了4月22日的上海国际半程马拉松赛事。

历时两个多小时的培训,共分为理论和实践两个部分。韩菲从选择正确的跑姿、常见损伤及恢复、赛前的饮食、休息、热身,以及赛后的拉伸、恢复等方面为学员们进行了详细的讲解,并通过亲身实践,告诉大家如何配速更准、和队友有效沟通,从而做一名“合格的‘兔子’”。

在培训过程中,韩菲结合自己的经验,特别强调了“兔子”的禁忌:配速不准、乱扔垃圾、拨打电话、停下来拍照、和跑友发生争执。“一定要记着首先要有一颗服务赛事和跑友的心,把责任放在首位。”韩菲说。

# 客场不敌乙级队 建业足协杯出局

本报讯(记者 刘超峰)当建业队联赛再遇低迷之时,昨天下午,在足协杯比赛中,以全华班出战的建业队已然无法扭转颓势,经过90分钟激战,最终以1:2客场不敌乙级队沈阳城市建设,首轮足协杯比赛就宣告淘汰出局。

塔拉吉奇下课,建业队还没有选中应急的救火教练,这场足协杯只好由领队马宝刚带队出征。在昨天的首发阵容中,也只有路尧、王飞、杜长杰等少数几个此前在中超联赛中有过出场纪录的球员。比赛开始后,建业队明显不在状态,第13分钟,门将王国明门前停球失误,被对方前锋李志斌断球后射门得手,上半场补时阶段,又是李志斌,凌空抽射将比分改写为2:0。建业队只是在下半场由杜长杰打回了挽回面子的

一球。照理说,在目前联赛处境极为艰难的情况下,对足协杯战略性放弃是一种理性的,也可以理解的选择。然而比赛过程确实令人失望,虽然没有外援,但建业毕竟还是中超球队,比对手高了两个层次,而最终不仅输掉了比赛,而且在相当长的时间内被对手打得毫无还手之力。需要特别指出的是,注意力不集中,丢球过早,这些屡屡犯下的错误在替补阵容中依然出现,由此可见,建业本赛季到现在为止走得如此狼狈,绝非偶然。

从沈阳回来之后,建业队马上就要投入中超的备战工作中,29日他们将挑战劲旅山东鲁能。而至今球队新任主帅依然没有确定,建业要想在泉城全身而退难度颇大。

# 哈维尔重返武里南联

本报讯(记者 刘超峰)泰国武里南联俱乐部官方网站日前宣布,在河南建业效力了三年之久的菲律宾外援哈维尔重返武里南联,他将身披20号球衣。武里南联已经打进亚冠东亚区八强,但估计哈维尔很难赶上与全北现代的首回合比赛。

哈维尔曾于2013至2015年效力过武里南联,曾跟随武里南联赢得过泰国超级联赛、泰国足协杯、泰国联赛杯和泰国超级杯的冠军,他帮助武里南联成为第一支在单赛季赢得四项冠军的泰国球队。

哈维尔2015赛季从泰国武里南联加盟建业,作为超性价比的亚外,他在时任主教练贾秀全的手下扮演着重要的角色。哈维尔加盟建业以来,为建业各项赛事出场60次,打进21粒进球并奉献3次助攻。加盟建业的头场比赛对阵天津泰达便梅开二度,一举征服河南球迷。上赛季哈维尔因为伤病原因仅为建业出场5次,出勤率大打折扣。下半赛季被撤销报名。

值得一提的是,作为菲律宾与西班牙双国籍的球员,选择为菲律宾队效力的哈维尔间接帮助国足进入世界杯亚洲区12强赛。在小组赛的最后一轮,哈维尔作为菲律宾队的核心球员奉献了两次助攻并策动一粒进球帮助菲律宾队战胜朝鲜队,也间接帮助国足进入12强赛。

# 城市少儿足球联赛激战正酣

本报讯(记者 刘超峰)昨天,记者从市足协获悉,由国家体育总局青少年体育司、中国足球协会联合指导,中国足球发展基金会支持,全国体育运动学校联合会主办,郑州市足球协会承办,河南信大足球俱乐部有限公司协办的“中国足球发展基金会杯”2018首届中国城市少儿足球联赛(郑州赛区)在郑州科技园足球场激战正酣,来自传统学校如郑上路小学、农科路小学等依然表现不错,成为本次比赛冠军的有力争夺者,而来自塔沟武校足球队派队参加,更为本次比赛增色不少。

本次比赛来自全市70支足球队及千余名运动员参加,共分为小学u8、u9、u10、u11、u12男子组及小学u11、u12女子组7个组别。预赛阶段采用周末双循环赛制,赛程持续至5月中旬结束,共计600余场次。据了解,本届联赛在北京、郑州、昆明、武汉、广州等10个城市同时开赛。本次比赛分为预赛和总决赛两个阶段,预赛阶段采用双循环赛制,每个组别将进行18轮比赛;决赛阶段采用淘汰赛制,郑州赛区各组别优秀队员将组成最佳阵容参加全国比赛。

# 省运会省直组三项比赛开赛

本报讯(记者 陈凯)围棋、双升智力、掷骰飞镖比赛,重在参与,体验全民健身乐趣。昨天,河南省第十三届运动会社会组·省直机关组围棋、双升、飞镖三项比赛,在郑州同时开赛,三项比赛均为期4天。共有来自各省直机关单位的822名职工选手参加三项比赛,体验参赛乐趣的同时践行全民健身。

本届省运会省直机关组围棋比赛昨天在省社会体育管理中心开赛,比赛设有个人赛和团体赛两大竞赛项目,共吸引了省直机关39家单位的96名职工选手参赛;昨天在郑州大酒店开赛的掷骰飞镖比赛则为个人赛,共吸引了省直机关67家单位的324名职工选手参赛。记者在比赛现场看到,参加两项比赛的职工选手或是紧锁眉头聚精会神,或是妙出手会心一笑,大家在围棋和双升这两项平时喜闻乐见的智力健身项目中,一边比拼智力,一边体验智力运动的魅力。

省直机关组飞镖比赛昨天在郑州市城市绿廊射箭俱乐部开赛,比赛设有硬式飞镖、软式飞镖两个项目,分男、女两个组别,共吸引了省直机关51家单位的402名职工选手参赛。飞镖比赛比的是准度,要求参赛选手要有很好的身心稳定性。

# 非国有博物馆馆长 集体“充电”

本报讯(记者 左丽慧)记者昨天从郑州市文物局了解到,为提高非国有博物馆管理人员业务素质、提升办馆质量,发挥博物馆社会服务功能,为期三天的郑州市非国有博物馆馆长培训活动刚刚在郑州嵩山饭店圆满落幕,各区文物部门主管科长及20余家非国有博物馆馆长参加了培训活动。

近年来,非国有博物馆迅猛发展,日益成为我国博物馆体系的重要组成部分,民间收藏也从“私家珍藏”上升到“社会共享”。目前,我市登记的非国有博物馆有20余家,藏品涵盖陶瓷、拓片、家具、书画、化石、砚台等,品种异常丰富,在填补门类空白、体现区域特色、展现行业特性及地方文化特点等方面起到了积极作用。2017年,全市非国有博物馆共接待观众56万人次,举办主题展览60余个。同时,各馆还积极地引进来、走出去,举办形式多样的社教活动70余场,这些主题鲜明的展览和活动不但为群众的文化休闲提供了多样的选择,较好满足了人民群众日益增长的精神文化需求,也让更多的群众自觉参与到传承弘扬文化、服务奉献社会的队伍中来,推动着社会的进步。

此次培训内容涉及非国有博物馆政策解读、非国有博物馆的现状及其管理问题、中原文化与中华文明关系、兄弟省市非国有博物馆发展的实践与探索、现场观摩教学,与会人员还就“个人收藏到非国有博物馆馆长角色转换”,以及传承弘扬优秀传统文化、服务奉献社会做了交流发言。

# 70油画公社 作品展开幕

本报讯(记者 秦华)4月23日,由太行山美术馆、70油画公社主办的“同——70油画公社作品展”在太行山美术馆开幕。展览展出70油画公社的21位油画家精品力作近百幅,展期至6月23日,免费向观众开放。

此次展览共展出陈光龙、池颖红、郝雪鹏、胡强、靳其涛、李洪震、李漠中、李晚伟、李哲坤、梁智龙、孟新宇、沈磊、沈水明、宋冲、孙昌武、汪鹏飞、王永昌、辛建伟、许章伟、姚刚、余尚红等70油画公社的21位油画家精品力作近百幅。同时,特别邀请了国家一级美术师、著名画家丁昆、于会见参加展览。70油画公社,每位画家常年坚持采风、写生创作,以画家的敏锐视角表现新时代现实生活,以不同的色彩笔触描绘祖国的大好河山,他们以各自鲜明独到的艺术表达,共同鸣奏着华美的艺术篇章。本次展出作品既有对田园风光、自然景物的抒情性表达,也有对当代城市生活、都市景观的贴切描绘。

展览吸引了来自河南、湖北、安徽、湖南、浙江、山东、陕西、广东等全国各地的艺术爱好者前来参观。值得一提的是,湖北师范大学、齐鲁工业大学、广东第二师范学院、烟台南山学院、西安文理学院、洛阳第四中学的老师带领学生走进展览现场教学,学生们时而拍摄展出作品,时而向参展画家提出问题,参展画家一一为他们答疑解惑。

# NBA:火箭 单节狂轰50分



新华社华盛顿4月23日电 美国职业篮球(NBA)季后赛首轮23日进行了两场比赛,火箭队第三节拿下50分,以119:100大胜森林狼,将总比分改写为3:1。爵士“三巨头”合

分。本场比赛上半场双方打得难分难解,第一节双方打成21平,第二节结束火箭队仅领先1分。

第三节成为本场比赛的转折点,火箭队火力全开,三分球频频命中,迅速将比分拉大,森林狼的防守则彻底崩溃。第三节结束,火箭队以100:69领先31分。末节,尽管森林狼队展开了反扑,但因分差过大,比赛过早地进入垃圾时间。

森林狼队的唐斯拿下全队最高的22分和15个篮板,巴特勒斩获19分,罗斯得到17分。

在雷霆客场对阵爵士的比赛中,雷霆在总比分1:2落后的情况下,一开场便加强了防守。首节结束,雷霆以30:24领先。第二节,爵士球员的命中率开始提升,并逐渐将比分追平并反超,爵士队以58:52领先结束第二节。

第三节,由于雷霆大将威斯布鲁克4次犯规,所以他的防守有些谨慎。这让爵士队一开始就打出了9:0的小高潮,将分差进一步扩大。爵士大将米切尔单节拿到11分,帮助爵士队在第三节结束时以90:73领先。末节,爵士队一度领先20分,比赛逐渐进入垃圾时间。

本场比赛,爵士队六人得分上双,米切尔拿下33分,因戈尔斯拿到20分,卢比奥贡献13分。雷霆队方面,乔治得到32分,威斯布鲁克拿下23分,安东尼获得11分。

# “小樱桃”联袂迪士尼 出战中国国际动漫节

本报讯(记者 左丽慧)由国家广播电视总局、浙江省人民政府主办的第十四届中国国际动漫节将于4月26日至5月1日在杭州隆重举行。记者昨日从河南小樱桃动漫集团获悉,作为本届动漫节的重头戏,小樱桃集团将与华特迪士尼公司联合组团参展并与国内外客商和动漫迷见面。

中国国际动漫节自2005年以来每年春天固定落户杭州举行,以“动漫的盛会、人民的节日”为宗旨,以“专业化、国际化、产业化、品牌化”为目标,以“国际动漫、拥抱世界”为主题,内容包括会展、论坛、商务、大赛、活动五大板块50多个品牌项目,是亚洲规模最大、人气最旺、影响最广的动漫专业盛会。

受中国国际动漫节组委会邀请,河南小樱桃动漫集团将与华特迪士尼公司联合设立星球大战主题展区,集中展示《星球大战》电影、漫画、期刊、图书、消费品等五类百余款产品,为广大动漫迷打造一场星战盛宴。动漫节期间,小樱桃动漫集团及其旗下的漫高娱乐公司还将携《九鼎传奇》《惊奇博物馆》《HELLO!登封》等原创动漫新作与国内外客商集中见面。

河南省动漫产业协会有关专家介绍,小樱桃动漫集团与华特迪士尼公司达成战略合作,全面开启了郑州动漫国际化发展新征程,是河南乃至全国动漫发展史上具有里程碑意义的大事件,对河南文化高地建设将产生深远影响。随着合作项目向纵深推进,一大批具有全球视野、国际风范、中国风骨的动漫精品力作将不断从郑州走向全国、飞向海外。

据悉,小樱桃动漫集团于去年6月与华特迪士尼公司签订合作协议,首批合作成果《星球大战》中文版漫画等产品已有8季推向国内市场,并于日前通过小樱桃动漫集团旗下漫高娱乐公司官方微信、微博开启日更连载。

昨日下午,小樱桃集团与迪士尼公司联合展区已在动漫节主会场杭州白马湖生态创意城动漫广场搭建完毕,将于26日上午正式开门迎宾。