主编 丁秀军 编辑 马梅 江锐
组版 王贤梅 校对 陈文彪

主办单位：安徽省体育局 协办单位：市场星报社

健身融入生活 运动促进健康

安徽省第一届健身休闲大会激战正酣

由省体育局、省体育总会、黄山市人民政府主办的安徽省第一届健身休闲大会，各项目正在火热进行中，参赛选手利用周末时间在户外运动中，既享受到运动快乐，又领略到自然风光。

安徽省第一届健身休闲大会以“健身融入生活，运动促进健康”为主题，自9月中旬开始，至11月结束，时间跨度两个月。竞赛类包括龙舟、登山、徒步、钓鱼、越野行走、定向越野、户外拓展、骑行、健身气功、健身瑜伽、广场操舞等11个项目，体验类活动为漂流和动力滑翔伞，赛事地点分布在黄山市及所辖区、县。

记者 江锐



龙舟

龙舟

旌旗动，千舟竞发；鼓声起，百舸争流。9月17日，安徽省第一届健身休闲大会首个比赛项目龙舟比赛拉开大幕。来自国内外的24支龙舟队近400名选手竞渡新安江。比赛分为市内组、省内组以及特邀组。

近年来龙舟运动发展迅速的合肥市这次派出了两支队伍参赛，除了14名运动员组成“官亭林海”队参加省内组的比赛外，来自中国科大的小伙子们还参加了高校组比赛。据合肥龙舟协会代表队领队朱道发介绍，“官亭林海”队主要是从肥西官亭选拔上来的，“合肥市龙舟协会训练基地位于官亭镇，他们都是平时下班后抽时间训练的。”中国科大龙舟队则是在龙舟协会的指导下逐渐发展壮大，曾获得国内九所高校龙舟赛冠军。

健身气功

9月17日，安徽省第一届健身休闲大会健身气功比赛（站点联赛）在黄山学院落下帷幕。比赛共设集体赛9个项目，来自全省16市的96名运动员在场上尽显健身气功风采，展示了技能水平。

经过角逐，各奖项花落各家。宣城市政府大院站点和黄山市新安江畔站点代表队获得体育道德风尚奖。获得气舞集体赛项目一等奖的代表队有：马鞍山市花山沙塘街道北湖健身气功站点、黄山市新安江畔健身气功站点、安庆市经纬健身气功辅导站点；获得易筋经项目一等奖的是合肥市全民健身中心健身气功站点；获得五禽戏一等奖的是亳州市老年大学健身气功站点；获得六字诀一等奖的是安庆市经纬健身气功辅导站点；获得八段锦一等奖的是马鞍山市北湖健身气功站点、池州市健身气功协会桑榆情站点；获得大舞集体项目一等奖的是合肥市全民健身中心健身气功站点；获得导引养生功十二法一等奖的有马鞍山市北湖健身气功站点、淮北市相王广场健身气功站点；获得马王堆导引术一等奖的是阜阳市泉河之畔健身气功站点。



健身气功



健身瑜伽



钓鱼



定向越野



越野行走

健身瑜伽

9月23日，安徽省第一届健身休闲大会健身瑜伽比赛在黄山市黎阳印象拉开帷幕。来自全省14个市的93名领队、教练、运动员参加了此次比赛，比赛共设男子单人A组、B组，女子单人A组、B组，女子双人组，混合双人组和集体组五个大项，经过一天时间紧张激烈的角逐，分别产生了各组别的一、二、三等奖。

此次健身瑜伽比赛作为安徽省第一届健身休闲大会的重要组成部分，充分体现了“体育+文化”理念，丰富了本届体育赛事的内容和形式，也为广大瑜伽爱好者展现自己的精神风貌提供了平台。比赛共吸引了全省14个地市的80多名运动员参加比赛。

钓鱼

9月23日，安徽省第一届健身休闲大会钓鱼比赛在水秀山灵的黄山市黄山区三口镇虹山生态垂钓园拉开帷幕，来自全省15个市的115名领队、教练、运动员参加了此次比赛。

经过紧张激烈的角逐，最终，宿州市代表一队、马鞍山市代表一队、淮南市代表一队获得了甲组团体一等奖，芜湖市代表三队获得了乙组团体一等奖。黄山市代表一队、省直机关体育联合会代表一队、六安市代表一队荣获甲组的团体体育道德风尚奖，宣城市代表三队荣获乙组的团体体育道德风尚奖。

钓鱼项目列入安徽省第一届健身休闲大会，使得本次比赛成为全省钓鱼爱好者的一次盛会，他们在健身休闲大会的舞台上顽强拼搏、超越自我、收获友谊，体验休闲运动的魅力，也诠释了体育精神、弘扬了和谐理念。

定向越野

10月14日，安徽省第一届健身休闲大会定向越野比赛在黄山市花山迷窟举行，来自13个省辖市和省直机关体育联合会的16支代表队的120余人参加了比赛。

本次定向越野比赛共设有短距离赛（男女甲、乙组）、甲组接力赛以及乙组积分赛等环节。开赛仪式结束后，120余名参赛选手根据计算机随机排列的顺序按批次有序出发，每位选手均配备有指卡、地图等赛事专用物品，选手们根据地图上的指示，按顺序到访地图上标识的点进行打卡，以打点正确、时间最短为优胜者进行排名，确定获奖名次。定向越野作为一种新兴的户外运动，既是一种户外休闲、娱乐运动，又是一种竞技运动，能够让参赛选手的体力与智力都得到很好的锻炼，既能享受户外自然风光，又能对参赛者的智力、体力起到良好的锻炼作用。

越野行走

10月14日，安徽省第一届健身休闲大会越野行走比赛在黄山168国际徒步越野赛道举行，来自15个省辖市和省直机关体育联合会的16支代表队的162人参加了比赛。

本次比赛分为青年女子组、青年男子组、成年女子组、成年男子组四个组别。随着发令枪响，162名运动员依次分组出发。本次比赛赛道全程9.08公里，海拔落差超过300米，运动员们在赛程中穿越山中古村落，沿着蜿蜒而上的山道徒步，既可享受运动快乐，又可领略自然风光。

越野行走是一项优秀的有氧代谢运动，运动强度适中，老少皆宜。国家体育总局已经把越野行走作为优秀全民健身项目向全国推广，越野行走越来越受到更多人群的喜爱和参与。