

# 我运动 我快乐

8月22日,商水小记者走进博纳健身中心参观采访。当日上午,在工作人员带领下,小记者先后参观了装修考究的健身房,实地体验了各类健身器材,欣赏了优美的健身表演。活动中,教练还针对小记者们,就“如何处理好运动与学习的关系”做了深入浅出地讲解,博得大家掌声阵阵。

晚报记者 马治卫 摄影报道



整齐列队



健身房里快乐体验



乐吧车上动起来

## 玩乐健身两不误



小记者:马艺琳 编号:156180  
学校:商水县直一小五(2)班

星期六,我们小记者相约来到博纳健身中心参观采访,此行让我铭记在心。

那天,我怀着愉快的心情走进博纳健身中心的大门,顿时被室内优美的景色所吸引:高高的竹子竖立在墙边,池里的乌龟害羞地躲在小荷叶底下,小路旁站着一个个植物“士兵”。非常美丽。

再往东走,那里是羽毛球场和健身器材。我直奔到跑步机那里,工作人员开启了跑步机,我和其他小记者欢呼雀跃地去跑步,直到汗水冲透了头发,才恋恋不舍地离开。说来奇怪,平时走一会儿路就受不了,但今天为什么跑得满头大汗了还舍不得走呢?啊!这也许是集体活动的魅力吧!

活动正式开始后,工作人员带领我们参观了游泳池、羽毛球场等运动设施。之后,教练又给我们讲解了运动的技巧和体育知识。随后,我们观看了瑜伽、民族舞、健身舞等精彩表演。活动结束后,我还免费体验了乐吧车。下次我要带上家人,还来这里锻炼身体!



## 体味运动之乐

小记者:郭峻豪 编号:156220  
学校:商水县直一小五(3)班

8月22日,我和妈妈一起随着小记者团来到了博纳健身中心,那里有许多健身器材,还有一个大游泳池,我们玩得不亦乐乎。

走进大厅,哇!我大吃一惊,这里有那么多健身器材啊!看着列队整齐的健身器材,就连我这个小胖子都有了想出汗的感觉。往里走,来到了室内游泳池,我迫不及待地说:“妈妈,快点,给我准备泳裤,我要下去游泳!”这里的游泳池非常干净,还非常大,我非常喜欢



这里。

接着,我们到了动感单车健身房。小记者每人坐上一辆单车,跟着动感的音乐开始骑,上面还有一个灯,跟KTV里的灯一样,特别好看。健身房的老师们为我们表演了节目。舞蹈老师跳得非常棒,有爵士舞、拉丁舞,还有民族舞,我们都看呆了。

今天来到博纳健身中心,我非常开心,让我体味到了运动之乐。



## 健身馆见闻

小记者:王家鸣 编号:156291  
学校:商水县直一小五(5)班

星期六上午,我们小记者到了博纳健身中心参观,期间的所见所闻给我留下了深刻印象。

进入大门,左边是游泳馆,右边是宽阔的健身场地。活动开始前,我们先参观了健身场地,这里好大呀!有羽毛球场、各式各样的健身器材。我在跑步机上跑了一会儿,感觉太爽了,就像在高速公路上奔跑,不一会儿就汗流浃背。

活动开始了,我们先参观了瑜伽房。这里优雅、安静,没有一点儿声音。往前走,我



们看见了一个非常大的游泳池,里面还有一股消毒水的味道。看到在水里游泳的小伙伴们,就像鱼儿一样自由自在,让人心生羡慕。

接着,我们到了二楼动感单车体验室。我坐了上去,脚轻轻一蹬,它就快速地转了起来。我赶紧按了刹车按钮,它才乖乖地停了下来,真是太好玩了。

在博纳,我开阔了视野,体味到了运动带来的乐趣,希望爸妈还能带我来这里健身。

(辅导老师:李莎莎)