



活动现场 金月全 摄

本报 13 周年报庆送出系列健康和谐好礼

周口首届百人瑜伽会成功举办



活动现场 朱海龙 摄



活动现场 金月全 摄

□晚报记者 宋风

本报讯 11月5日上午,当一个由100个人组成的瑜伽表演队出现在周口市妇产医院门前时,迅速吸引了附近居民的眼球。市民张先生饶有兴致地拿着手机

录制视频,他告诉周口晚报记者:“我不太了解这项运动,以后有机会的话,会尝试练练瑜伽。”

百人齐“秀”瑜伽

周口首届百人瑜伽会是《周口晚报》创刊13周年系列活动之一,承办方是周口妇产医院。本次活动由周口晚报全媒体发布信息,征集100名瑜伽爱好者报名,在周口妇产医院门前广场集体表演瑜伽,展现瑜伽之美,活动原计划于10月24日举行,由于天气原因,延期至11月5日。11月5日8时许,参加表演的瑜伽爱好者陆续来到

现场签到,活动组织方工作人员也忙着在现场铺设瑜伽垫。100个瑜伽垫分为4排,整齐地排列在周口妇产医院门前广场,这一独特风景引得路人纷纷驻足观看。

上午10时,“百人瑜伽会”表演开始,100名瑜伽爱好者按照各自报名序号找到自己的位置,在瑜伽师的带领下完成各项动作。

瑜伽走近市民

在活动现场,26岁的奚歆然告诉周口晚报记者,她上初中时就对瑜伽产生了兴趣,于是就按照书本上的动作自学,至今已坚持了十多年时间。1年前,她得知周口市有了练瑜伽的地方,便欣然前往。对于奚歆然的这个爱好,她的母亲非常支持,并且从今年上半年起,陪同女儿一起前往瑜伽馆练习,并坚持至今。本次“百人瑜伽会”,她们母女俩同时报了名,一起参加表演。

周口晚报记者在现场看到,参加表演的瑜伽爱好者以女性为主,100名选手中,只有5名男性。周口晚报记者看到一对年龄在40岁左右的夫妇做动作时十分专注。据了解,这位女士名叫朱桂梅,她和丈夫赵先生在3个月前

接触瑜伽,随着练习的深入,二人对这项运动产生了浓厚兴趣。赵先生说:“虽然练习的时间不长,但是我们俩练习瑜伽后觉得身体变得舒展许多,腰比以前挺得直了,腿上关节也得以伸展。瑜伽已成为我们生活的乐趣。”

与奚歆然相似,彭海清也在几年前对瑜伽产生了兴趣。“起初我是在家里跟着视频学习,1年前我发现市区有一群瑜伽爱好者在一起练习,于是抱着试试看的态度报了名。去了以后发现很喜欢,所以就坚持了下来。”彭海清说,“在练习瑜伽的过程中,我不仅能感受到自己的身体变得更加健康,心情也更加平静、安宁。”

丰厚奖品大回馈

作为周口晚报社的报庆活动,“百人瑜伽会”得到了多个知名商家的热心赞助,为此,主办方设立了抽奖环节回馈本次活动的参与者。一等奖1名,奖品为周口妇产医院提供的价值1199元的健康体检1份、周大福猴年纪念金币1枚、盘子女人坊提供的价值600元个人写真1套;二等奖2名,奖品为周口妇产医院提供的价值800元的健康体检1份、周大福福星宝宝系列十周年纪念银砖1块、盘子女人坊提供的价值600元个人写真1套;三等奖5名,奖品为周口妇产医院提供的价值500元的健康体检

1份、周大福福星宝宝系列十周年纪念银手链1条或银砖1块、盘子女人坊提供的价值600元个人写真1套;幸运奖30名,奖品为盘子女人坊提供的价值600元个人写真1套。另外,周口妇产医院为来活动现场签到的市民提供了300份价值130元的健康体检和双层水杯。

“百人瑜伽会”结束后,主办方在活动现场抽奖,为参与活动的市民颁发了奖品。