



全民健身月 大家动起来

本月我市组织开展十余个体育项目展示活动

□晚报记者 宋风/文 张肇/图

本报讯 5月9日上午,2017年周口市全民健身月活动暨“健康周口·喜迎省运”启动仪式在市体育中心广场举办。周口晚报记者了解到,在全民健身月活动中,我市将开展一系列体育健身活动来推广全民健身,为即将在周口举办的2018年河南省第十三届运动会营造氛围。

本次活动由周口市人民政府主办,市体育局、市体育总会、市直工委、市文明办联合承办。省运会筹备工作领导小组49家成员单位、周口中心城区50个健身站点的1200多名健身群众、全市800多名健身气功爱好者及600多名中老年健步走参与者参加启动仪式。

当日9时,市领导宣布启动仪式开始。来自市直单位和各县市区的近800多名健身气功爱好者在现场展示了“健身气功·八段锦”(图一)。随后由

来自周口中心城区的1200多名健身爱好者在现场表演了12套广场健身操舞(图二)。

周口晚报记者从启动仪式上了解到,2008年《河南省体育发展条例》将每年5月份设立为全民健身月。每年的全民健身月期间,我市均开展相应的体育展示活动,调动广大市民参与体育活动的积极性。随着各项活动的开展,经常参加体育锻炼的市民越来越多,特别是中老年人,已经成为我市全民健身活动的主力军。根据市体育部门统计,目前周口中心城区已有晨练点100多处,经常参加体育活动的市民数万人,已成为周口中心城区一大人文景观。

在今年5月份的全民健身月期间,我市将组织开展篮球、羽毛球、乒乓球、门球、健身气功、象棋、健身秧歌、抖空竹、太极拳、太极剑、体育舞蹈、舞龙舞狮、风筝、健身操等十多项展示活动。



健步走拉开周口全民健身月活动序幕

□晚报记者 张肇 文/图

本报讯 5月9日,来自周口中心城区各个健身站点的16支健步走队伍约700余人,环着市体育中心进行的健步走活动,拉开2017年周口市全民健身月活动的序幕。

5月9日10时许,周口晚报记者在市体育中心看到,来自周口中心城区的16支健步走队伍,各自身着统一服装,踏着震撼而有力的节奏,迈着整齐划一的步伐,围绕市体育中心健步走(图三)。

“现在每天出门锻炼的基本都是中老年人,年轻人很少有出门的,如果能把他们拉进来锻炼就好

了,别到老了一身病才想到锻炼。”参加健步走活动的程先生一边快步向前走,一边对周口晚报记者说,“我儿子今年30多岁,就已经患有脂肪肝等病症,但还是不喜欢运动,没有意识到体育运动对他的重要性。”

据了解,随着我市广泛开展全民健身活动,因地制宜配建的全民健身场地设施越来越完善。每天,在周口的公园、广场、社区,随处可以见到扭秧歌、打太极、跳舞、踢毽子的市民,他们尽情享受运动带来的健康与快乐。蓬勃开展的全民健身运动,让周口大地处处洋溢着青春的气息,充满朝气与活力。

