



动感十足

舒筋活络

活力长治

动感十足

——我市全民健身热潮涌动

文/本报见习记者 牛佳锡 图/本报记者 牛红岩

“一日之计在于晨。”眼下,我市越来越多的市民走出家门,在广场、公园等健身场所参加各类晨练活动,以运动唤醒身体,畅享运动带来的愉悦,开启一天的健康生活。

清晨,太行公园成为市民晨练的活力舞台。人们以各自的运动方式拥抱朝阳,开启充满元气的一天。太极爱好者们凝神静气,身姿舒展,起势、转身、推手,动作行云流水,于一招一式间感受传统健身的魅力;广场上,旗袍走秀与健身巧妙相融,爱好者们踏着节拍款款前行,成为晨练队伍中独特的风景;乒乓球台前,银球飞舞,球拍撞击声清脆悦耳,在攻防转换中享受运动乐趣;篮球场上,年轻小伙组队比拼,运球、传球、投篮一气呵成,尽显力量之美;跑道上的健走者结伴同行,空地上彩色毽子划出优美弧线,整个公园洋溢着蓬勃生机与欢声笑语。

从社区广场到公园绿地,全民健身的热潮处处可见。随着群众性体育活动的蓬勃开展与公共体育设施的持续完善,市民不仅在家门口就能享受到便捷、优质的健身服务,也激发了大家参与体育运动的热情,为城市注入了源源不断的活力。

近年来,我市通过加大投入、完善设施、丰富载体、强化指导和健全机制等方式,全力打造高水平全民健身公共服务体系,让更多群众快乐健身、健康生活。目前,集健身、休闲、娱乐于一体的城乡“15分钟健身圈”基本建成。人均体育场地面积达3.04平方米,经常参加体育锻炼人口占比达43.08%,全市年均举办县级以上全民健身赛事活动超200场次,真正让群众健身有去处、有乐趣、有氛围。



步履矫健



活力四射



气定神闲



优雅从容



老当益壮



动作轻盈