



铺设完成的羽毛球场地

燃烧我的上上路里

文·摄影北方新报正北方网首席记者 牛天甲

东京奥运会、残奥会吸引了全世界的目光。比赛期间,中国健儿在赛场上挥洒汗水、超越自我,激情澎湃的呼和浩特市民也没闲着,公园、小区、广场,到处可见跑步、打球、跳绳、踢毽子的矫健身姿,掀起了全民健身的热潮。

日前,记者在满都海公园内看到不少市民选择跑步健身。今年51岁的肖霞告诉记者:“跑步可以强身健体,让自己心情愉悦、充满自信。我每天在公园里跑5公里,跑完后全身出出汗非常舒服。”

不远处,77岁的白鹏峰关公刀耍得虎虎生威,“我20多岁拜的师,一练就是50多年,现在我每天都来公园里练上一会儿,保持健康的身体和心态。”

在呼和浩特体育中心综合体育馆记者看到,12片羽毛球场地的地胶已经铺设完成,多名青少年正在场上角逐。

“羽毛球运动是一项老少皆宜的有氧运动,深受市民喜爱。在呼和浩特专业球馆,不少羽毛球爱好者都因为场地预约困难而烦恼。我们的综合体育馆具备冰上项目、羽毛球、乒乓球、篮球等多种项目转换功能。”呼和浩特体育中心运营部部长刘超对记者说。

据了解,近年来,内蒙古聚焦群众就近健身需要,规划建设贴近群众、方便可达的健身步道、体育场地场馆、笼式足球场等全民健身场地设施。如今的内蒙古,场馆更多元,设施更齐全,百姓健身更便捷。内蒙古旗县(市、区)全民健身活动中心实现全覆盖,行政村农民体育健身工程覆盖率为93.3%,初步形成覆盖城乡、布局合理、种类多样的全民健身设施网络。



打起麒麟鞭



游泳享清凉



广场舞不再是女性专属



青少年更需加强锻炼