

10月22日,重阳节前夕,由内蒙古自治区社会体育服务中心和呼和浩特市体育局联合主办的“孝暖青城 爱在重阳”全民健身主题活动在内蒙古赛马场精彩上演,首府健身爱好者们与健康活力相约。

活动现场,广场舞爱好者舞动彩绸,跃动欢乐;太极扇表演动静结合、刚柔并济;柔力球操节奏明快、动作优美……展演场地周围设置了飞盘、旱地冰壶等趣味运动体验,不少市民组团参与。

全区各地开展的重阳节系列活动丰富多彩,在呼和浩特市赛罕区馨康花园小区举办的“邻聚力·敬老情”——九九重阳节文艺志愿服务活动,用文艺表演、义诊、为老人过集体生日等方式表达敬老爱老之情;包头市青山路街道北新社区举办“爱心包饺子 情暖老人节”活动,让老人们感受到社区大家庭的关爱;在阿拉善盟额济纳旗举办的“九九重阳”全民健身主题活动暨全民健身徒步大会,更是吸引了300多名健身爱好者参加,大家在运动中感受秋日之美……

此外,为鼓励老年人积极健身,提高生活质量,10月23日,内蒙古体育馆将举办“九九重阳节 浓浓敬老情”全民健身主题活动:体育馆羽毛球A馆7:30~12:00免费开放;健身馆9:00~17:00免费开放;乒乓球馆7:30~12:00、14:00~18:00免费开放;轮滑项目9:00~12:00、15:00~17:00免费开放;室外篮球和室外足球全天免费开放。(本报记者综合报道)

时光不老,岁岁重阳。为迎接重阳节,内蒙古各地开展重阳节系列主题活动,弘扬传统文化,倡导尊老、敬老、爱老的传统美德。

重阳情暖

优美的舞蹈

集体过生日

舞起空竹龙

健身气功练起来