

内蒙古全民健身

运动场

厉兵秣马 全力冲刺

——内蒙古健儿全力备战第十五届全国运动会

□文/图 本报记者 柴思源



日前,记者来到内蒙古马术运动中心射击馆,内蒙古射击队教练李丽娟正全神贯注地注视着队员罗爽和安珈仪的训练。作为曾经带出过世界射击冠军陈东瑞的资深教练,李丽娟对运动员的要求极为严格。她站在罗爽身后,目光如炬,时不时轻声提醒:“稳住呼吸,注意节奏。”

罗爽和安珈仪都将在第十五届全国运动会中参加女子50米三种姿势和女子10米气步枪的比赛,而步枪项目也是竞争最为激烈的项目。“参赛人数多,各地运动员水平都非常高。她们在备战阶段的每一次训练都要拿出高水平和高质量。”李丽娟说。

内蒙古射击队领队于洋告诉记者:“目前,内蒙古射击队已经有金龄童、吴芮、罗爽、安珈仪、满迪5人锁定了第十五届全国运动会的参赛席位。目前来看,我们对本届全运会参赛席位的争取已经达到了预期,我们的运动员以年轻选手为主,有的来到专业队甚至不到2年。我们期待这些年青选手能够在良好的竞技状态下实现更多突破。”

第十五届全国运动会将于2025年11月9日至21日举行,由广东、香港、澳门三地共同举办。十五运会分为竞体比赛和群众赛事活动,其中竞体比赛设34个大项401个小项,群众赛事活动设23个大项166个小项。在竞体项目中,对标奥运会项目的同时,十五运会在跳水、举重等传统优势项目和场地自行车、赛艇等潜优势项目上增设非奥小项;在篮球、足球、排球项目上增设青年组小项。

全力备战十五运会,力争取得竞赛成绩和精神文明双丰收,成为2025年内蒙竞技体育的重要目标之一。

今年以来,内蒙古建立拳击、摔跤、柔道、曲棍球等重点项目“冠军模型”,引进高水平教练员团队,针对重点运动员制定个性化训练方案,不断强化指标监控和技战术分析,优化训练手段与方法。坚持“三从一大”科学训练原则,抓好冬训,提升夺金成功率。在十五运会正式拉开帷幕前,打好十五运会各项目积分赛、选拔赛成为内蒙古各支运动队的共同目标。内蒙古将争取女子拳击、男子柔道等重点项目多个级别提前锁定参赛席位,力争在参赛项目、参赛人数、参赛成绩上取得新突破。

“这已经是我第四次参加全运会了,每一次都是全力以赴地去备战,争取打好每场比赛。”4月8日,巴黎奥运会女子拳击冠军、内蒙古运动员李倩向记者说道。

为了在十五运会中延续内蒙古拳击的辉煌,内蒙古重竞技运动中心拳击馆内热火朝天,每一个运动员都在全力以赴加紧训练,沙袋晃动,呼吸急促,空气中弥漫着汗水与坚持的味道。

内蒙古拳击队主教练哈达巴特尔说:

“队员们目前的状态令人满意,尤其是年轻选手进步显著。本次备战阵容既有李倩、杨柳等经验丰富的老将坐镇,也有多名新锐力量加入。年轻队员的技术扎实提升很快,能很好地执行战术部署,这让我们对比赛充满期待。”

全运会赛场,不仅是专业运动员圆梦的舞台,也让热爱健身的百姓迎来闪耀时刻。第十三届全运会上,群众比赛项目首次走进全运会。近年来,“村超”“村BA”“村VA”等群众性赛事受到欢迎,全民健身热潮翻涌。十五运会即将到来,群众比赛项目再一次走上全运会的大舞台,普通百姓又可以像自己喜爱的运动员那样一展风采,享受竞赛的刺激,感受体育的魅力。

4月10日上午,记者在内蒙古体育馆看到,内蒙古轮滑队运动员们正在光滑的场地上飞驰穿梭,为即将到来的十五运会群众比赛轮滑项目预选赛进行封闭集训。

“这次集训有来自呼和浩特、包头、赤峰、通辽等地的运动员及教练团队集体参加,集训采用‘基础规范+专项强化+实战模拟+心理干预’四位一体训练体系,国家级教练团队针对运动员个体差异制定个性化方案,全面提升竞技水平。”内蒙古滑冰协会秘书长岳俊虎说。

轮滑,作为一项集速度、技巧与观赏性

于一体的时尚运动,吸引着无数年轻人的参与和热爱。本届全运会群众比赛轮滑项目参赛选手的年龄范围从25周岁以上放宽至15周岁以上,还新增了男女双人花式绕桩项目。内蒙古轮滑队有6名运动员分为3组备战男女双人花式绕桩,3名运动员备战速度过杆。

今年3月,十五运会群众比赛足球项目五人制男子乙组、老将组预赛相继在位于呼和浩特市的国家北方足球训练基地进行。在男子乙组预赛中,内蒙古队以预赛第一的成绩晋级决赛。在男子老将组预赛中,内蒙古队以北区第四名的成绩晋级决赛。

代表内蒙古参加男子乙组比赛的14名球员主要是来自鄂尔多斯市EM曼森足球俱乐部的足球爱好者。主教练高雄说:“我们的球员大都是一线体育教师或者足球教练,大家不仅平时聚在一起踢球,也代表鄂尔多斯和内蒙古参加了众多区内外的大赛。”这支队伍是第二次代表内蒙古站上全运会的赛场,高雄说:“上一届全运会我们在决赛阶段拿到第四名。为了这届比赛我们也做足了准备,大家充分磨合,要争取这一届全运会站上领奖台!”

时间与梦想的齿轮开始加速,备战十五运会的“进度条”不断刷新,汗水与呐喊交织的训练场上,内蒙古健儿期待攀上新高度,迎来新飞跃。

“三个阵地”展现城市温度

4月21日,记者从内蒙古自治区体育局获悉,内蒙古自治区体彩中心坚持以铸牢中华民族共同体意识为主线,积极拓展实体店“体彩+”功能,截至目前,内蒙古5000多家体彩实体店中,共打造“民族团结阵地”144个、“红色教育阵地”226个、“为民服务阵地”417个,一些实体店为“二合一”“三合一”阵地。

据了解,2024年6月,内蒙古自治区体彩中心在内蒙古启动“三个阵地”建设工作,将部分体彩销售网点打造成“民族团结阵地”“红色教育阵地”“为民服务阵地”,赋予网点全新的社会价值与使命。

“民族团结阵地”通过展板、展墙、标语等宣传党的民族政策和民族团结知识,陈设民族政策宣传资料、民族工艺品,播放民族政策理论宣传片;“红色教育阵地”设红色文化展示区,陈设党史、革命史读物和党报党刊,播放红色教育视频;“为民服务阵地”设置便民服务项目展板,配备充电、热水、图书、雨伞、微波炉、急救箱、体育器材等,为购彩者以及交警、环卫工人、外卖人员等提供便民服务。

在“三个阵地”建设中,内蒙古自治区和各盟市体彩中心从体彩实体店业主中精准筛选党员、退伍军人和其他有意向合作,对他们店内的装潢、陈设进行改造升级,统一挂牌、统一宣传内容,并在设计和施工中坚持“一店一方案”,真正发挥体育彩票实体店宣传窗口作用。

同时,各盟市体彩中心依托“三个阵地”创新开展形式丰富、互动性强的活动,如鄂尔多斯市、阿拉善盟、呼伦贝尔市的体彩实体店与当地群团组织、属地社区等联合开展群众体育赛事、集中学习讲座、观看红色教育影片、书画和手工作品展示等活动;锡林郭勒盟、兴安盟体彩实体店与社区、居委会共同征集铸牢中华民族共同体意识主题的书法、美术、刺绣作品等。

体育彩票实体店是居民休闲场所,也是面向全社会的公益形象窗口。“三个阵地”建设从宣传党的民族政策、开展红色教育到提供便民服务,以有形的设施、丰富的活动,让中华民族共同体意识在人民群众心中产生真切感受,有效提升了体彩实体店的社会形象,切实做到了有形有感有效铸牢中华民族共同体意识。

动闻

全国盲人柔道锦标赛
我区运动员夺得3金2银

本报4月21日讯 (记者 李存霞)日前,在湖南长沙举行的2025年全国盲人柔道锦标赛落下帷幕,我区盲人柔道运动员顽强拼搏、奋勇争先,共摘得3枚金牌、2枚银牌。

本次比赛中,内蒙古盲人柔道队共派出11名运动员参赛。经过激烈的角逐,内蒙古盲人柔道运动员王月获得女子70公斤J2级金牌,孟燕获得女子70公斤以上J1级冠军,傲日格乐获得男子64公斤J2级冠军,艾则日提·艾尼获得男子95公斤以上J1级银牌,任丽获得女子70公斤J1级银牌。

内蒙古盲人柔道队教练耿晓飞说:“从这次比赛成绩来看,内蒙古盲人柔道队整体实力有一定提高。接下来,我们将全力备战将于今年12月举行的全国残特奥会,要对前期训练和比赛情况进行全面总结,对每个级别的对手做细致分析,做好详细的训练计划,抓紧时间备战训练,争取在全国残特奥会上打出更加优异的成绩。”

据介绍,本次大赛由中国残疾人联合会、中国残奥委员会主办,湖南省残疾人联合会、湖南省残疾人体育协会承办,湖南警察学院协办。比赛共设20个竞赛项目,共有来自13个省区市的117名运动员参加了比赛。

沙滩足球巡回赛万宁站
乌海沙足队夺冠

近日,2025中国足球协会沙滩足球巡回赛·万宁站的比赛全部收官。5轮比赛过后,乌海沙足队以全胜战绩成功登顶,成为本年度首个分站赛的冠军。

在最后一轮比赛中,乌海沙足队迎战此前一场未胜的山东球探华师队。在比赛中,双方大打对攻。乌海沙足队攻势更猛,在第1节结束后取得5比1的领先优势。第2节比赛,华东球探华师队奋起直追,在本节打入3球,一度缩小分差差距。

但此后,乌海沙足队完全掌控比赛,最终以11比5的比分击败对手,球队18号齐宗政和17号陆朝刚分别上演帽子戏法。乌海沙足队最终以4连胜的成绩,强势登顶。

在最后一轮的另外一场比赛中,海南体院队同样以11比5的比分击败海南倍特药业队,成功获得本站第二名。本年度沙足巡回赛第2站,计划于5月16日至5月18日在江苏高邮进行。

(牛天甲)

视点



健身爱好者踢毽子。



舞姿翩翩。



市民在公园晨练。

运动让生活更健康

□文/图 牛天甲

随着肥胖等健康问题的日益凸显,国家卫健委发起“体重管理年”行动,这一举措正悄然改变着人们的生活方式,健身热潮正在迅速升温。

4月16日清晨,记者在呼和浩特

市满都海公园看到,跑步的市民沿着步道挥汗如雨,空地上的广场舞队伍随着音乐节拍律动,健身器材区则挤满了进行力量训练的中老年人。“以前总觉得锻炼是年轻人的事,现在国家都提倡体重管理,我们

这些上了年纪的也得跟上。”一位正在做引体向上的市民王先生笑着说。随着全民健康意识不断提升,“体重管理年”不仅带来了身体的改变,更激发了全民参与健康生活的积极性。

体育圈

呼和浩特:绿茵激情擦亮城市新名片

□本报记者 柴思源

过招;呼和浩特市青少年足球对抗赛规模逐年扩大,成为呼和浩特市青少年足球品牌赛事,校园队伍与青训俱乐部之间的切磋竞技、男女足队员混合对抗下的交流学习,成就赛场上一道道活力风景。

去年,2024中国足球协会U21联赛决赛第一阶段、第二阶段呼和浩特赛区比赛让呼和浩特市的球迷大饱眼福;今年,2025亚足联中国女子五人制足球亚洲杯决赛阶段比赛的成功落户,又将为呼和浩特市的足球运动发展带来全新动力。

去年6月,呼和浩特赛区向中国足协和亚足联递交2025亚足联女子五人制足球亚洲杯决赛阶段比赛的申办申请。随后

亚足联考察团抵达呼和浩特市,全面了解这里的地理位置、场馆资源、交通条件、志愿者服务等方面的优势特色,并最终确定呼和浩特市的承办资格。

4月9日,2025亚足联中国女子五人制足球亚洲杯的吉祥物“雁翎”在呼和浩特市正式亮相,“雁翎”以鸿雁为原型。鸿雁在人们心中是自由与坚韧的象征,这种顽强的毅力和勇往直前的精神,与女足运动员在赛场上无畏挑战、奋勇拼搏的形象高度契合,围绕“雁翎”这一吉祥物形象,组委会还衍生出一系列文创产品。赛事口号“‘五’动梦想,无畏绽放”也随之揭晓。此

届赛事首次来到呼和浩特市,全面了解这里的地理位置、场馆资源、交通条件、志愿者服务等方面的优势特色,并最终确定呼和浩特市的承办资格。

亚足联A级赛事首次来到呼和浩特市,不仅点燃了人们的足球热情,也将助推城市形象破圈出彩。据了解,呼和浩特市是集悠久历史文化、鲜明民族特色、秀美自然风光、强劲发展动力于一体的现代化草原都市,近年来,围绕新发展理念,建设宜居、宜业、宜学、宜养、宜游的区域中心城市,也通过体育场馆建设、各类赛事活动的举办推动体育事业与文旅产业融合发展。呼和浩特希望通过国际大赛与地方特色的良好结合,打造城市新名片,厚筑“体育+旅游”产业基础,让呼和浩特成为时尚、健康的新型旅游城市。

宋桂旭入选中国短道速滑集训队

本报4月21日讯 (记者 柴思源)记者从内蒙古自治区体育局获悉,内蒙古运动员宋桂旭日前入选2025/26赛季短道速滑国家集训队运动员名单。

据了解,此次2025/26赛季短道速滑国家集训队组队工作旨在选拔出国内最高水平运动员参加2025/26赛季国际滑联短道速滑世界巡回赛及2026年米兰冬奥会等国际比赛。共17名运动员入选国家集训队一组名单,女运动员包括范可新、公俐、张楚桐、臧一泽、杨婧茹、王欣然、宋佳蕊、郝若萱,男运动员包括孙龙、刘少昂、林孝俊、李文龙、刘少林、朱祎玎、刘冠逸、宋桂旭、张伯浩。

宋桂旭出生于2004年。2024年12月20日至22日,2024—2025赛季全国短道速滑锦标赛,吴世强、朱昱璋、宋桂旭、齐欣煜、林祥澈获得2000米混合接力第三名。2025年1月23日,在2025年都灵世界大学生冬季运动会短道速滑男子5000米接力的决赛中,由刘冠逸、宋桂旭、李坤、张添翼组成的中国队以6分57秒044的成绩夺得冠军。2024—2025赛季全国短道速滑冠军赛,宋桂旭先后斩获男子1500米银牌、男子1000米季军。