

全国武术套路冠军赛 我区健儿斩获三金三银

本报讯（记者 高晓刚）3月24日，正在重庆市荣昌区举行的2023年全国武术套路冠军赛（传统项目赛区）传来捷报：在率先进行的男子双鞭、女子双鞭、女子单鞭等项目中，宁夏运动员实力出众，摘得三金三银。

本次比赛由国家体育总局武术运动管理中心、中国武术协会、重庆市体育局联合主办，于3月23日至30日举行，为期8天，设置拳术和器械两个大类67个小项，共有来自全国各省、自治区、直辖市以及各大体育院校和中国武术上海基地、平阳基地等51支队伍的805名运动员同台竞技。宁夏武术队共派出18名运动员参赛。在男子双鞭项目中，宁夏运动员魏超凡、胡星宇获得冠亚军；队友陈陆、赵欣获得女子双鞭项目冠亚

军；杜依帆、戴娓珑包揽女子单鞭项目前两名。

据悉，本次比赛是我国武术项目年度最高级别赛事之一，执行中国武术协会审定的2012年版《武术套路竞赛规则与裁判法》及有关补充规定。获得各单项前三名的运动员可申请授予运动健将称号，各单项第四名至十二名可申请一级运动员称号。



魏超凡在比赛中。宁夏武术队供图

全国拔河城市联赛（宁夏站）开赛

本报讯（记者 高晓刚）伴随着激昂的运动员进行曲，身穿统一队服的两支队伍健步走上赛场，以碰肘礼相互致意，随后，双方队员站上专用拔河道，抓绳、下蹲、后仰……只等裁判吹响比赛的哨声。

3月25日至26日，“永联杯”全国拔河城市联赛（宁夏站）在亲水体育中心激情开赛，来自全区各市、县（区）及自治区体育局系统的26支代表队参赛。比赛首次采用专用拔河道，项目为混合组900公斤级，要求上场的11名队员中，女队员不少于4名。

拔河作为传统的团队角力运动项目，集竞技性、趣味性、观赏性于一体，深受群众的喜爱。比赛既是对参赛选手爆发力、耐力的集中检验，也是对团队协作精神和凝聚力的综合考量。比赛现场，参赛队伍在赛道上铆足力气，奋力一拼，观众在场外激情呐喊加

油，双方实力旗鼓相当，比赛尤为胶着，不时出现“人仰马翻”的情景，整个赛场充满了运动竞技的乐趣和团结拼搏的浓厚氛围。经过多轮次的激烈角逐，隆德县代表队获得一等奖；固原市代表队、海原县代表队获得二等奖；银川市代表队、红寺堡区代表队、西吉县代表队获得三等奖。

本次比赛以“健身引领生活风尚·体育赋能社会发展”为主题，由中国拔河协会、自治区体育局主办，宁夏社会体育服务中心、银川市体育局承办，自治区体育局机关工会、宁夏亲水体育中心、全区各市（县、区）体育部门及银川市拔河运动协会协办。比赛执行中国拔河协会审定的《拔河竞赛规则和裁判法》，录取前12名，同时设优秀组织奖和体育道德风尚奖。

“拔河是一项有着广泛群众基础的健身

纵情山野！

150余人体验越野训练营

本报讯（记者 高晓刚）阳光明媚，春风拂面；草色渐绿，红柳发芽……万物竞发的季节，正是开展户外运动的佳期。3月25日，一场生动有趣、充满挑战的越野训练体验营在位于中宁县白马乡的墨斗山拉开序幕，宁夏徒步运动协会、银川市徒步登山协会组织全区各地的20多名资深越野跑选手和130多名徒步爱好者，在17公里的崎岖赛道上奔跑、徒步，领略丹霞地貌的壮美风光，倡导运动健身、低碳出行的生活方式。

中午时分，选手们陆续抵达起点，在教练的带领下进行拉伸运动，为接下来的长距离奔跑做热身准备。“三、二、一”大家齐声喊出倒计时，随着发令枪声响起，选手们争相冲出起点，沿着预定赛道朝黄河岸边跑去。

此次越野训练营线路总长17公里，其中土路9公里、砂石路5公里、山路3公里。选手们所到之处，头顶蔚蓝天空，脚踩蜿蜒小径，远处是起伏的群山和宽阔的黄河，微风拂面而来，让人心旷神怡，大家一路奔跑向红柳林，再穿过长满芦苇的小渠，墨斗山近在咫尺。

在山脚下的补给站，选手们在志愿者的帮助下补水、吃面包，休整片刻后向山地路段继续前进。进入山谷后，独特的红色山体映入眼帘，这就是神奇的丹霞地貌。“看，前面那座山形状像个墨斗。”“快看，那个像狮子。”选手们一边走，一边打卡留影。

进入陡坡路段，选手们开启了互助模式，互相搀扶，并肩前进。到达山顶后，一起冲过终点线，为这次越野之旅画上圆满的句号。

据宁夏徒步运动协会相关负责人介绍，越野跑是一种在野外自然环境中进行的中长距离跑步与徒步相结合的运动，既是独立的竞赛项目，也是各项运动经常采用的训练手段。今后，该协会还将举办多期训练营，满足广大户外运动爱好者对越野项目的热情和需求。



拼尽全力。本报记者 高晓刚 摄

项目，规则简单、门槛较低，既满足了广大群众的健身需求，又增强了各单位干部职工的团队凝聚力和向心力，今后将在全区范围内推广普及规范的拔河运动项目，引领群众积极参与体育运动，提高健康水平。”宁夏社会体育服务中心负责人说。