



## 厦门市中老年健身功气球千人展示活动顺利举行

# 千人齐聚 旋转抛接气势壮观



晨报记者 晋君  
通讯员 陈建忠 陈章奇 邵祚臻

彩球翩舞映晚霞，刚柔并济展风采。11月11日下午，千名中老年朋友齐聚厦门五一广场，参与厦门市中老年健身功气球千人展示活动。来自各区老体协和市老体协登山专委会的队员们整齐列队、意气风发，怀抱火红的健身功气球进行表演，充分展示了健身功气球运动的魅力和厦门市中老年朋友的活力风采，同时抒发了对祖国的真挚感情和美好祝福。

本次健身功气球千人展示由厦门市老年活动中心、厦门市老年人体育协会主办，各区老体协、各区老年（老干）活动中心、市老体协登山专委会、市老体协拳功专委会承办，厦门市工人文化宫协办。

### 厦门原创 走向全省全国

活动开始前，市老体协登山专委会带来了舞蹈、歌伴舞等热场节目，随后全体嘉宾和队员齐唱《歌唱祖国》，将现场气氛推向高潮。

市老体协名誉主席黄杰成宣布本次活动正式开始，市老年人体育协会主席刘绍清现场发表致辞。出席活动的领导还有市民政局党组成员、二级巡视员张凌云，市体育局党组成员、副局长杜新飞，市老年活动中心党支部书记、一级调研员刘兴旺，市老年活动中心主任赵丽娟等。

刘绍清介绍，健身功气球是厦门市老年人体育协会自主创新的体育健身项目。该运动项目在太极拳、传统太极球及健身气功等元素的基础上，融合了健身气功的呼吸吐纳和适当的瑜伽动作，衍生出了多种不同层次的套路，主要通过旋转抛接健身功气球，达到强身健体的目的。

“在各级领导的关心指导与大力支持下，健身功气球项目已在全省全面推开，2018年起被列为福建省老年人体育健身运动会正式比赛项目。健身功气球已成为深受全省中老年朋友喜爱的健身项目。”刘绍清说。据了解，健身功气球已逐步走出福建、走向全国，目前全国不少地方也开



千名中老年朋友齐聚五一广场参加活动。记者 陈理杰 摄

展了健身功气球项目。

### 刻苦训练 圆满完成展示

活动现场，红色的健身功气球在队员们手中如行云流水般婉转盘旋，千人共同展示，气势十分壮观。队伍中间，50名队员身穿红色的衣服，排成一颗“心”形图案，寓意老年朋友对祖国的热爱。

台上一分钟，台下十年功。今年春节后，市老年活动中心和市老体协拳功专委会组织骨干参加健身功气球培训。培训结束后，骨干们分别回到各区老体协及市老体协登山委开展训练。队员们风雨无阻、不畏酷暑地参加训练，圆满完成了本次展示任务。

“别看健身功气球在表演者手中非常‘丝滑’，实际上对

于初学者来说，球可没那么‘听话’。”海沧区老体协教练王玉梅说。记者了解到，王玉梅对队员开展训练时，会从最基础的“抱球”教起，手、脚乃至身体其他部位如何协调等，都教得非常认真仔细。本次活动前，每天早上去海沧区市民广场，几乎都可以看到她在组织训练。

### 搭建平台“夕阳”风采依然

今年10月以来，千名中老年朋友分区域，先后到海沧区海沧湾公园、湖里区海上世界、同安区苏颂公园、思明区盼归塔、集美区集美塔、翔安区奥体中心等厦门地标建筑所在地，参加了健身功气球展示活动。其中，市老体协登山委200名队员到湖里、同安进

行了展示。

此前，市老年活动中心精心对展示地点进行了选址，并对展示活动全程进行了视频录制，这些精彩视频将在线上展播。视频中，中老年朋友们在美丽风景的映衬下翩跹起舞、激情飞扬，充分展示了厦门市中老年人健康向上的风采。

多年来，厦门市老年活动中心、厦门市老年人体育协会致力于组织开展适合中老年人特点的系列文体活动，为老年朋友搭建绽放“夕阳”风采的平台。

此次活动是厦门市健身功气球运动推广普及的一个重要里程碑，也构成了厦门市老龄工作和老年体育工作中一道亮丽的风景线。

## 长者上演“银龄大秀”

晨报讯(记者 晋君 通讯员 冯玉庆)近日，太保家园厦门社区“敬老月”主题文艺汇演活动现场，上演了一场“银龄大秀”，长者居民与嘉宾载歌载舞，共同度过了热闹欢乐的一天。

当天，长者居民与嘉宾纷纷来到活动现场参加了游园环节，在欢声笑语中重温童年的乐趣。太保家园与集美区委老干部局签署共建合作协议，双方将携手共建，为集美区养老事业发展贡献力量。集美区老年大学、集美大学、莲云社区、科创幼儿园等单位表演嘉宾陆续登台，为长者居民献上了舞蹈、健



长者带来精彩演出。记者 晋君 摄

身气功、演唱等精彩表演，收获阵阵掌声。

现场还有互动环节，为长者居民送上丰富奖品，并为他们普及金融防骗等相关知识。

相关负责人表示，太保家园厦门社区将铭记“敬老爱老”的传统美德，为长者居民提供更加贴心的“享老”服务，让长者居民在这里感受到家一般的温暖与幸福。

## 思明气排球女队再夺冠

晨报讯(记者 晋君 通讯员 黄勤 龚万钟)近日，2024年福建省老年人“气排球之乡”交流赛在厦门市集美区举办，全省33支代表队参加了此次交流赛。经过激烈角逐，思明区老体协女子气排球队蝉联女子组冠军。

记者了解到，本次赛事十分精彩，各参赛队伍在比赛中展开了紧张而激烈的比拼，老年运动员们在球场上奔跑、跳跃，沉着地发球、接球、传球、扣球，以汗水和拼搏诠释了气排球运动的魅力，同时相互学习进步，收获友谊和快乐。

思明区老体协女子气排球队在小组循环赛阶段，先后战胜莆田市荔城区老体协队、

宁德市古田县老体协队、福清市老体协队，成功进入交叉赛阶段。在随后的比赛中，她们打败了福州市鼓楼区老体协队和晋江市老体协队，继上届比赛夺冠后，再次夺得福建省“气排球之乡”交流赛女子组冠军。

思明区女队赛场展英姿。

记者 晋君 摄

