

张槎开展全民健身月启动仪式暨全民健身大汇演活动

健身达人秀“绝活” 宣传全民健身理念

2018年是国家设立“全民健身日”的第10年。在8月8日“全民健身日”到来之际，张槎街道开展了全民健身月启动仪式暨全民健身大汇演活动，健身达人们身体力行地向市民推介各种各样的健身方式，引发全民健身热潮。

精彩节目轮番上演

锣鼓喧天，旌旗飘扬，活动当日的张槎文化广场围满了前来“看戏”的观众，现场热闹非凡。莲塘龙狮团带来的舞龙表演拉开了活动序幕。这支成立于1995年的龙狮团，在全市、全省甚至国外的多场比赛中，均获得过较好的成绩。据悉，莲塘龙狮训练基地是张槎唯一一个龙狮训练基地，其职业教练在张槎中心小学等学校开办龙狮兴趣班，龙狮也成为莲塘以及张槎的一张文化、体育名片。

此外，东鄱忠义堂国术体育会的醒狮表演、马岗社区盈翠舞蹈队的海草舞、下朗村巾帼健身舞蹈队的太极扇舞等节目轮番上演，辖区16个单位一



充满活力的海草舞表演。



一秀出拿手“绝活”，将现场气氛掀起一波又一波高潮。这些

健身达人中既有头发花白的老人，也有活力无限的青少年，各种形式的花式健身运动更是让观众大饱眼福，不少街坊看完后表示：“身体是革命的本钱，不论岁数多大，都要动一动”。

市民现场做体质测试

“看到测试结果，我才知道原来自己的体质这么差！”在舞台左侧，市民欧小姐拿

到测试结果后大吃一惊，她告诉笔者，她不喜欢出汗的感觉，所以平时也不爱运动，这次参与测试，她的综合评定为“不合格”，体质状况不均衡。其实，欧小姐所说的这项测试指的是国民体质测试，市民可免费进行身高、体重、安静脉搏、坐位体前屈、选择反应时等14项测试，通过专业平台数据分析，可以

现场得知体质评定。

对此，工作人员建议欧小姐采用以运动调理为主的锻炼方案，通过适度锻炼，达到增强体质、促进健康水平的目的。此外，报告还给她开出科学的“运动处方”——跑步，并制订出详细的跑步计划、完成进度及注意事项等，这个科学的“新玩意”吸引了不少街坊的积极参与。

如今，每天早晨或傍晚，在张槎处处都能见到健身者的身影，在很多人眼中，每天都是全民健身日。张槎街道党工委副书记、宣传文体局局长凌云燕表示，近年来张槎高度重视群众体育事业发展，组织开展丰富多彩的全民健身活动，今年以来举办了龙狮汇演、太极功夫扇展演、龙舟赛、武术展演等系列体育文化活动，广受群众喜爱。据悉，张槎街道也在去年9月被国家体育总局表彰授予2013~2016年度全国群众体育先进单位。

撰文/摄影 马丹
通讯员 彭星华

张槎“电信杯”村居男子篮球赛落幕

2分险胜！ 大富队摘冠

8月21日晚，历时近1个月、激战42场的2018年张槎街道“电信杯”村居男子篮球赛在天捷篮球馆落下帷幕。决赛当晚，经过近两个小时的激烈对决，最终大富村代表队以41:39的比分击败劲敌金沙社区代表队，摘得决赛桂冠。

当晚7时许，比赛还未正式开始，篮球馆就已经人声鼎沸，吸引了不少球迷前来捧场。争夺冠军的大富村代表队与金沙社区代表队两支代表队均实力强劲，从初赛的12支队伍中脱颖而出，只为当日一战。

强强对决，一触即发！裁判一声令下，篮球抛起，比赛正式打响。开局不到一分

钟，金沙队就通过抢篮板夺得先机，拿下开局第一分。20分钟左右，两队比分一直咬紧，直到下半场，大富队开始拉开比分，抢断、篮板、三分远投，一直占据上风。但是金沙队依然奋战到底，继续强攻，将比分拉了回来。不过，实力更胜一筹的大富队最后时刻稳扎稳打，最终以2分险胜对手，夺得2018张槎村居男子篮球赛的冠军。

“以前在场下当观众，今年成为队伍的一份子，还拿了冠军，非常开心！”大富村代表队队员谭锦超告诉笔者，队员们都是资深的篮球爱好者，平时工作忙，为了打好比赛，大家都利用业余时间



大富村代表队夺得决赛冠军。

间进行训练，此次夺冠也实现了多年的梦想。

张槎村居男子篮球赛的精彩不仅仅是赛场上的王者争霸，更是张槎球迷们一年一度的嘉年华，球员的运动魅力、村居荣誉感、浓厚的运动文化氛围等元素，强有力地推动了张槎体育文化事业的蓬勃发展。活动相关负责人介绍，张槎足球超级联赛、龙狮邀请赛等大型体育赛事也正在筹备中。

撰文/摄影 马丹
通讯员 陈辉教

你身边的刷墙专家

随着时间的飞逝，不少街坊家里的墙体都出现各种问题，都想重新粉刷一下！那么找谁施工好呢？南桂社区的徐生向我们推荐乐涂家这家专业旧墙翻新，大家一起来看看吧。

专业旧墙翻新 粉刷内墙
(签定合约 一年质保)

服务流程：免费上门测量—签定合约—遮盖、搬移家具—专业修复、粉刷—清洁、家具归位—一年质保。令你全程无忧。

本地人施工，服务可靠，品质保障

客服：15363608066 QQ:2211283325 微信：fs_lutu
地址：南海桂城桂澜路宝马4S店后面乐涂家服务部首层