

# 全民健身日 快乐动起来

本报记者 李诗怡 陈巧玲

今年的5月20日是第15个“晋江市全民健身日”。5月期间，晋江在全市范围内组织开展以“High动五月 全民来健身”为主题的“晋江市全民健身日”主题活动，以倡导全民健身，推动晋江全民健身事业发展，让城市更具活力，让生活更加美好。

5月20日，晋江市体育中心、安踏全民健身运动中心免费开放，吸引了众多市民前去休闲锻炼，感受运动带来的乐趣。与此同时，全民健身网球比赛、中小学生象棋比赛、广场舞社会指导员培训、健身气功交流展示等一系列精彩纷呈的赛事活动在晋江火热举行，助力全民健身再掀高潮。

## 场馆免费开放人气高 男女老少动起来

20日下午，记者来到安踏全民健身运动中心游泳馆。市民卢三星正提着游泳装备办理入场手续。“今天我带孙子女过来游泳。孩子就应该从小学游泳，游泳不仅是一项运动，还是一项生存技能。”卢三星说，场馆免费开放这一举措既便民惠民，也很好地宣传了“晋江市全民健身日”，吸引更多人参与全民健身。

游泳馆隔壁的综合馆内，羽毛球、网球、篮球、乒乓球场地免费开放，迎来了拨拨热爱运动的市民。“90后”吴莹莹和两名朋友相约前来打羽毛球，“我在附近工作，之前有空就会过来锻炼。”经过30多分钟的运动，吴莹莹的衣服被汗水浸湿，脸上的笑容却越发灿烂，“生命在于运动，年轻人就得多运动！”

骑车的儿童、聊天的家长、散步的老人……场馆外，记者在广场和健身步道上看到了许多正在休闲娱乐的市民，现场被和谐轻松的氛围所萦绕，成为初夏傍晚一道靓丽的风景线。

## 两天千余名选手参赛 比赛现场精彩纷呈

5月20日至21日，2023年晋江市全民健身网球比赛在安踏全民健身运动中心举行，展开成人组和少儿组的角逐，为近180名晋江网球爱好者提供了展示切磋的平台。

成人组男子双打项目决赛中，留明哲/吴骏文以6:1战胜对手，获得冠军。据了解，两人都有着丰富的网球经历和参赛经验，曾代表泉州参加2022年省运会群众组比赛。“听说这次比赛少儿组有130多名选手参加，从中可以看出晋江的网球人口在急剧增加，说明近年来晋江网球的推广普及效果明显。”留明哲点赞道。

这厢球场上演精彩对决，那厢棋盘上也燃起“战火”。经过2个月55个单位万余名选手的预赛选拔，脱颖而出的850名少年棋手齐聚晋江二小象山校区，参加2023年“奔跑吧·少年”晋江市第十一届中小学生象棋赛。

来自晋江二小二年级的张弛以七盘全胜的成绩，勇夺小学男子低年组第一名。出人意料的是，张弛才学象棋一年。“刚开始是和爷爷奶奶下棋，看到他挺喜欢的，就送他去学棋。”让张弛的母亲丁萍萍惊喜的是，孩子展现出极高的天赋，最重要的是对他象棋充满兴趣，“晋江有着很好的象棋氛围，赛事活动丰富，孩子在这样的环境下将得到更好的成长。”

随后，记者来到晋江市体育中心，广场和运动场上不断有往来的市民，大多穿着运动服。记者注意到，游泳馆和羽毛球馆的大门上都贴着免费开放的公告。“自下午2点开馆，8片场地一直是满员状态。”羽毛球馆工作人员告诉记者，当天前来打羽毛球的市民接连不断，碰到满场时大家会耐心等待，现场秩序良好。

恰逢周末，许多学生前来运动。穿着晋江一中校服的曾钧蔚颇为显眼，“我和同学下午放学后就直接过来了，等了10分钟排到场地。”除了打羽毛球，曾钧蔚还喜欢跑步、跳绳，他认为，运动锻炼是释放学习压力、清空烦恼的最佳方式。

靠近西大门的游泳馆内，庄昌盛正在清澈见底的池水中畅游。“我住在体育中心附近，基本每天都过来游泳，已经10多年了。”在庄昌盛看来，近年来，咱厝的体育氛围愈发浓厚，场馆设施和环境一直在优化升级，带来了极佳的运动体验。



2023年晋江市全民健身网球比赛在安踏全民健身运动中心举行。

## 104名广场舞达人齐聚一堂 学习培训共同提升

在此期间，晋江还开展了一系列丰富多彩的社会体育指导员志愿服务活动，由晋江市体育局牵头举办的三级社会体育指导员培训班，并组织市级协会开展科学健身志愿服务活动，进一步扩大公益社会体育指导员队伍规模，提高指导服务率和科学健身指导服务水平。

晋江市老年活动中心多功能厅内，统一身穿绿色上衣和黑色裤子的百余名人员整齐列队。伴随着优美的音乐声，大家在领舞的带领下，甩臂踢腿、转圈跳跃，每个人脸上都洋溢着自信的笑容。这是2023年晋江市广场健身舞协会体育指导员培训班的现场。

队伍第一排，来自永和镇巴厝村的林阿萍身姿优美、动作标准。林阿萍今年42岁，2016年开始接触广场舞，如今是国家二级广场舞教练员、二级社会体育

指导员，“现在提倡全民健身，借这个机会和大家共同探讨、互相学习，不断提升舞蹈水平，今后可以帮助更多广场舞爱好者。”

林阿萍感慨道，跳广场舞让自己生活更充实，也更有乐趣，一天不跳就闷得慌。

据悉，来自晋江各镇街、热心广场健身舞事业的104名学员参加了本次培训班，培训内容包括三级社会体育指导员能

力与规范、运动与身心健康、科学健身、健身指导等理论知识；广场健身舞的基础理论；广场健身舞培训曲目教学；培训成果展示及考核。

同时，晋江市健身气功协会于20日上午在安海镇安平桥生态文化公园举行“赋能乡村振兴 共筑健康中国”健身气功交流展示活动。

据悉，来自晋江市各站点健身气功爱好者首先进行了健身气功八段锦集体展演，充分展现了晋江健身气功人积极健康的精神风貌。随后进行了健身气功多种功法分组展示。各站点分别展演了导引养生功十二法、易筋经、五禽戏等健身气功功法。当天还进行了健身气功功法培训，为学员们对前一阶段的五禽戏、易筋经等培训内容进行总结，讲解动作要领，并进行逐一示范。学员们专注倾听，认真练习，收获满满。

现场，来自晋江市各站点健身气功爱好者首先进行了健身气功八段锦集体展演，充分展现了晋江健身气功人积极健康的精神风貌。随后进行了健身气功多种功法分组展示。各站点分别展演了导引养生功十二法、易筋经、五禽戏等健身气功功法。当天还进行了健身气功功法培训，为学员们对前一阶段的五禽戏、易筋经等培训内容进行总结，讲解动作要领，并进行逐一示范。学员们专注倾听，认真练习，收获满满。



市民在安踏全民健身运动中心游泳馆游泳。

# 2分惜败北大男篮 华大男篮无缘CUBAL全国八强

本报讯（记者 林小杰）20日晚，对于华侨大学男篮而言，这是他们在第25届CUBAL全国大学生篮球赛全国32强赛中最为关键的一战，他们的对手是实力强劲的北京大学男篮。

经过4节鏖战，华大男篮最终以2分的劣势惜败，提前终止了全国八强之旅。

比赛刚开局，北大男篮率先发难，他们利用内线优势连续造成杀伤。很快，华大男篮找到外线手感，周其默三分打进，张高铭完成“2+1”。在追平比分后，周其默连续的三分打进瞬间将比分拉开。华大男篮用7:0的小高潮，逼停北大男篮。随后，

易边再战，华大男篮保持微弱优势，但双方都难以得分。时间仅剩6分钟，华大男篮落后3分，彼时，周其默“子弹上膛”三分出手，比分再次拉平。双方仍然在激烈的对抗中难以拉开分差。关键时刻，北大男篮上篮打进。好在华大男篮毫不示弱，在最后36秒将分差缩小至2分。最终面对北大男篮的死守，华大男篮难以追平这2分，全场比赛结束，华大男篮以55:57惜败北大男篮。

## 周鲁男：重整旗鼓 为下一届努力

本报记者 林小杰

本届CUBAL，华大男篮从基层赛开始便不断给球迷带来惊喜。作为执行教练，周鲁男总说华大男篮并不是一流强队，没有四星、五星球员，但他们始终能够拧成一股绳，在面对困难和强敌时转危为安，但是在对阵北大男篮的比赛中，幸运女神不再眷顾，他们以两分劣势失利，再次遗憾被挡在全国八强门外。

“在全国赛之前，我们就有多名球员受伤病困扰。”谈起本次全国赛，周鲁男心有不甘，但也心疼自己队员的努力，“32强赛前，郑晓钢脚踝扭伤，自己坚持打封闭上场。奚悦诚第一场比赛眼角受伤缝了7针、周其默全身都有伤……所以，这次的全国赛注定是艰难的，但是

大家都一如既往地去努力、坚持不懈，没有任何怨言。”

一支球队的成功并不在于一名球员，而是团队上下齐心。华大男篮就是这样一支球队，他们没有身高出众的内线球员，也没有持球进攻出色的得分后卫，但是他们就是这样，依靠一次次强硬的防守，打出反击，击败比自己实力更强的对手。

“最后一场比赛，还是有些心有不甘，但也存在着时运和实力的不济。现实就是如此，总会出现各种各样的遗憾，我们需要去面对和接受，接下来继续努力，做好自己。”周鲁男告诉记者。

记者了解到，今年是华大男篮队长周其默和内线主力球员奚悦诚

的最后一届CUBAL，赛后，两位“老将”为没能闯进八强遗憾落泪。

两名球员退役了，但是球队依然会保持一如既往的作风，在训练中去制胜困难，这样在正式的比赛中就能更好地去应对。”周鲁男告诉记者，虽然没有了周其默和奚悦诚，但在未来，华大男篮肯定会有更多人站出来，球队一直以来都渴望赢得每一场比赛。

“球队已经回到学校，接下去我们将有一段时间的休整，学生也将迎来期末考。”周鲁男说，下一届CUBAL，华大男篮将进入新老交替阶段，目前已经有新一批招学生进来，接下来就是训练这些球员，重整旗鼓，为下一届比赛努力。

## 林超攀晋级体操全锦赛自由操和单杠决赛

本报讯（记者 李诗怡）21日，2023年“山体杯”全国体操锦标赛在山东济南开赛。晋江籍老将林超攀亮相男子资格赛，获得自由体操和单杠两个单项的决赛资格。

资格赛成绩将决定单项团体决赛的名次，参加团体决赛、个人全能决赛和单项决赛的资格，以及团体第9名之后、个人全能第25名之后和各单项第9名之后的排名。

作为福建一队的一员，本届全锦赛，林超攀报名了除跳马之外的五个单项。经过资格赛的较量，林超攀在单杠获得14.400分，排名第六，自由体操获得13.900分，排名第八，以上两个项目均获得决赛资格。

江苏队、湖南队、广东队、山东队、广西队、四川队、上海队、贵州队进入男子团体决赛。男子个人全能方面，湖南队张博恒以86.750分排在资格赛第一位，江苏队侍聪、尹德行分列第二、三位，成绩分别为85.300分、82.450分。

全国体操锦标赛是全国最高水平、最高规格的体操赛事，是世界体操锦标赛、亚运会、奥运会等国际重大比赛的选拔赛。本次比赛有全国21个省市的运动员、教练员、裁判员共计约600人参加。

根据赛程安排，比赛将持续到5月28日，5月23日举行男子团体决赛，5月24日举行女子团体决赛，5月25日举行男子个人全能决赛，5月26日举行女子个人全能决赛，5月27日举行首场单项决赛（男子自由体操、女子跳马、男子鞍马、女子高低杠、男子吊环），5月28日举行第二场单项决赛（男子跳马、女子平衡木、男子双杠、女子自由体操、男子单杠）。

## 国际剑联花剑大奖赛（上海站）收官

本报讯（记者 李诗怡）经过三天激战，2023国际剑联花剑大奖赛（上海站）于21日落下帷幕。本站赛事，中国队仅女子花剑选手林绮雯闯进八强。晋江籍选手中成绩最好的是黄芊芊，排名女子花剑第28名。

本站赛事云集了包括男、女世界排名前8名的各国剑击高手。中国击剑队派出40名选手参赛，男女各20名。其中，晋江籍选手4名，分别是女花选手陈情缘、黄芊芊，男花选手苏峥峰、蔡锦潘。

女子组中，来自福建的林绮雯发挥出色闯入八强，为中国队参赛成绩最好的选手。黄芊芊排名第28位，陈情缘排名第36位。此外，石玥、徐云迪、王英曼、蔡苑廷分列第20名、第29名、第51名和第62名。男子组中，苏峥峰、蔡锦潘均遗憾止步资格赛，未能更进一步。中国男花的陈海威位列第28位，曾昭然、莫梓维和吴昊分别名列第42位、第47位和第55位。

经过激烈角逐，最终来自美国的选手Alexander Massialas获得男子组别冠军，亚军为来自意大利的Francesco Ingargiola，匈牙利选手Daniel Dosa和法国选手Julien Mertine并列第三；来自德国的Anne Sauer获得女子组别冠军，亚军为来自意大利的Martina Batini，法国选手Ysaora Thibus和美国选手Lee Kiefer并列第三。

## NBA季后赛

# 热火再胜凯尔特人 拿到东部决赛赛点

新华社华盛顿5月21日电 在21日进行的2022—2023赛季美职篮东部赛区决赛第三场比赛中，迈阿密热火主场以128:102大胜波士顿凯尔特人，在七战四胜制的系列赛中3:0领先，拿到赛点。

此前两场比赛热火在客场完胜对手，此番回到主场的他们更是势不可挡，首节以30:22领先。第二节前半段热火再打出一波得分小高潮，半场结束建立了15分的领先优势。

第三节热火单节净胜15分，将分差拉开到30分。末节比赛已无悬念，凯尔特人放弃抵抗，换上替补阵容。

热火本场比赛6人得分上双，文森特得到生涯新高的29分；凯尔特人当家球星塔图姆状态继续低迷，得到14分和10个篮板。

两队的第四战将于23日继续在热火主场进行。据NBA官方微博数据，历史上从未有球队在季后赛大比分0:3落后的情况下完成翻盘。

## 2023年全国帆船锦标赛在河北秦皇岛开赛

新华社石家庄5月22日电 22日，2023年全国帆船锦标赛（ILCA6级&ILCA7级）暨ILCA6&7级杭州亚运会选拔赛在河北省秦皇岛北戴河新区扬帆开赛，共有来自福建、广东、江苏、上海、山东等地的78名运动员参赛。

本次比赛由中国帆船帆板运动协会、河北省体育局、秦皇岛市人民政府主办。比赛设奥运级别项目、青年级别项目和ILCA级团体项目，其中奥运级别项目设男子ILCA7级场地赛和长距离赛，女子ILCA6级场地赛和长距离赛，青年级别项目分为男子ILCA7级U21场地赛和长距离赛、女子ILCA6级U21场地赛和长距离赛。

中国帆船帆板运动协会竞赛部部长王佳鑫介绍，全国帆船锦标赛是国内最高水平的单项赛事，本次比赛汇聚了国内顶尖的运动员，不仅能检验运动员的训练成果，还将选拔出杭州亚运会的参赛选手。

据介绍，秦皇岛市近年来与中国帆船帆板运动协会深度合作，承办、举办全国帆板锦标赛、全国帆船锦标赛、中国家庭帆船赛等40余项国家、省、市级水上运动赛事。