



运动让生活更美好

——2020年赤壁市“全民健身日”赛事活动掠影



记者叶和平 通讯员 黄妮

“生命在于运动,几个月下来不仅对血压控制效果明显,自己也知道怎么运动、生活对身体好。这次参加太极拳现场比赛还获得了二等奖呢!”8月8日,记者在赤壁市文旅局采访时,现年67岁的退休老人李乔对记者说,他和老伴都参加了社区的太极拳协会,养成了锻炼的好习惯。

8月8日,是第十二个“全民健身日”。为贯彻落实党中央、国务院关于统筹做好疫情防控与经济社会发展工作的相关要求,提高人民群众身体素质,倡导健康向上的生活方式,落实赤壁市全民健身实施计划,赤壁市文化和旅游局组织开展了一系列接地气的的竞技比赛活动,广大市民积极参与,掀起全民健身热潮。

当日,来自赤壁市羽毛球协会、太极拳协会、滑轮协会、健身气功协会、



门球协会、气排球协会、广场舞协会等协会在全市不同地点,以不同方式开展了丰富多彩的宣传活动,参与群众近万人、参与协会8个;队员年龄从8岁到80岁,来自于赤壁各地区和行业的健身爱好者,他们用多种形式展示他们健康向上的精神和强身健体的风貌,深情表达对新时代幸福生活的赞美。

在羽毛球赛场上,队员们手握球拍纵横飞舞;他们身手敏捷,技巧娴熟,充分利用个人特点,各展球技。开球、跳跃、完美回球,时而网前截击、时而大力扣杀,把参赛队员们的球技展现得淋漓尽致,现场精彩不断、高潮迭起。“沉右肩上左步、左弓步推手”,太极外柔内刚,能快能慢,可极柔软,也

可极坚刚,一旦发力,可迅雷不及掩耳,势不可挡,太极协会的爹爹婆婆们更是全神贯注,浑然忘我。在轮滑健身现场更是别有一番激情,小队员们穿梭自如,动作娴熟,脚踏滑轮,腾挪躲闪,一个个精彩的表演“招式”呈现出来,赢得了在场观众热烈的喝彩声……

赤壁市文旅局局长祝爱华表示,在当前疫情防控趋向向好的条件下,一系列丰富多彩的赛事活动成功举办有力引导大众重回体育场,积极投身体育锻炼,今年全民健身日的活动也将成为一个重要契机,对促进全市全民健身事业发展、刺激大众体育健身消费,助力体育行业的复工复产都将起到积极的推动作用。

近年来,赤壁市立足实际、因地制宜推动全民健身场地设施建设,打造百姓身边的健身组织和“15分钟健身圈”。目前,全市共有30种类型体育场地724个,体育场面积578702平方米,人均体育场面积达到1.21平方米/人。各类体育协会20余个,每年举行各类群众性体育赛事和 活动千余场次,不断满足了居民的健身需求。

“下一步,我们将努力克服疫情影响,做好常态化疫情防控,在全民健身国家战略的实施推动下,积极利用各类体育场地开展好各项全民健身活动,让更多群众爱上运动,参与运动,主动运动,助力实现全面建成小康社会。”祝爱华说。

攻略在手 说走就走

赤壁必去旅游景点游玩攻略

记者 叶子 通讯员 黄妮

8月8日,“与爱同行·惠游湖北”预约平台正式开启。连日来,赤壁多处景点人气爆棚、预约爆满,入园游客迅速达到峰值,一度因预约平台访问量过大导致卡顿原因造成游客预约困难。昨日记者从赤壁市文旅局获悉,目前预约平台已完成升级,恢复预约功能。该局同时提醒广大游客:无预约,不出游;先预约,再出行,以免因预约客满给大家出行造成不便。

赤壁经典景区这么多,哪些是必去的旅游景点?景区内哪些景点值得打卡呢?今天,我们推荐几处赤壁景点景区游玩攻略,给前来赤壁观光的游客一点儿建议,让大家到赤壁旅行变得更简单。

三国赤壁古战场>>

三国赤壁古战场,是经历了“以少胜多、以弱胜强”的七大战役中唯一尚存原貌的古战场遗址,也是国家5A级旅游景区,还是全国中小学生研学实践教育基地,湖北省中小学生实践教育营地,湖北省爱国主义教育基地。

推荐玩法

- 1、三国雕塑园很有趣,有特色的三国人物造型,展现经典的历史故事,可以在里面好好模仿一番。
- 2、古战场有好多三国故事的表演,可以在这里与那些穿古风服饰的三国人物合个影。
- 3、在神武台旁边还有试穿古装的地方,让你一秒穿越回三国时代。
- 4、古战场水战的水寨码头,水兵训练场,还会经过一条障碍带,过梅花桩,独木桥,铁索桥,秋千过河等,别说,还真有点惊险刺激。

陆水湖景区>>

陆水湖是国家级风景名胜区、国家级湿地公园、国家级水利风景区,也是国家AAAA级风景区。现在拥有豪华游船7艘,中式画舫2艘,豪华观光游艇9艘,其中包含一艘抖音网红游船,写称为“水上法拉利”,是拥有高颜值、高体验、高性能的现代游船。

推荐玩法

- 1、乘坐现代豪华游船,驰骋在宽阔的湖面时,似乎能感受到古代士兵的英勇呐喊声,会激起您内心的豪迈气概!

2、三峡实验大坝展览馆内陈列了三峡试验大坝和三峡水利枢纽工程的模型以及大量珍贵图片,从不同侧面再现了陆水枢纽从勘测、设计、科研、施工到运行、管理的过程,向人们展示了一段鲜为人知的历史,一部水利建设者创业、创新、科学与奋斗和浓缩画卷。

万亩茶园·俄罗斯方块小镇>>

万亩茶园·俄罗斯方块小镇是全球首家茶文化俄罗斯风情主题公园,总投资5.4亿元,规划面积4600亩。小镇依托赤壁万亩茶园景区,建设俄罗斯风情商业街、喀秋莎会客厅、卓尔青少年足球基地、卓尔宇航体验馆、四季茶溪花海、水上休闲游乐场、茶文化餐厅等特色体验项目。

推荐玩法

- 1、可体验彩色骑行道上优美的茶园风光,呼吸富含负氧离子空气,领略茶园多样性生态体系,也可自己采摘茶叶。
- 2、乘坐热气球,或是在万亩茶园体验自行车骑行。
- 3、感受俄罗斯风情与赤壁茶文

化的完美结合。

羊楼洞明清古街>>

嘉靖初,古镇有5条主要街道,百余家旅店铺。现存古街全长约1000米,街道最宽处6米,另有三条丁字巷,街道整体保存完好。古街建筑面积0.7平方公里。街面全部以青砖石铺设,历代运茶的“鸡公车”将石板碾成寸余深槽。据说那个年代邻近的乡镇运送茶叶和货物时碾轧而成的,可见当时茶市的兴盛,羊楼洞明清石板街可称为中国制茶业的缩影。

推荐玩法

- 1、漫步于明清石板街,可以聆听历史深处的回响,抚摸鸡公车辙的年轮,触摸可以复制的那段茶史。
- 2、这里的明清古建筑和老街人物风情,吸引了很多摄影爱好者,要拍各种怀旧、古典风情大片的游客可以来这里。
- 3、羊楼洞古街尽头有一个“万里茶道之源”纪念碑,那里还有一大古刹【圆通寺】,清道光咸丰年间,茶市兴隆,砖茶远销欧亚诸国,圆通寺亦驰名中外。历经繁荣或衰败,仍旧立在那里。