

保马来了

保马遇上“体重管理年”

2.5万跑者燃动全城 掀起春日运动热

保定晚报讯(记者詹家静 见习记者段恋)“我是要跑全马的,争取再练练速度,没几天就要比赛了!我女儿想减肥,也天天跟着我来跑。”4月15日6时,市民王阳带着女儿来到西堤路晨跑,为周日的保马备战。

2025年3月,国家卫健委实施“体重管理年”3年行动,普及健康生活方式,加强慢性病防治。2025保定马拉松将于4月20日鸣枪开跑,规模创历史新高,较去年增加5000人,共2.5万人参与。保马遇上“体重管理年”,保定市借势掀起全民运动热潮。

本届保马设置全马、半马及欢乐跑三大项目,其中,欢乐跑项目专设1000组亲子名额,鼓励全家齐上阵,用奔跑响应“吃动平衡”的体重管理理念。

“轩轩,最后再冲刺一把!”在黄花沟公园的跑道上,孙建凯夫妇正在给儿子加油鼓劲儿,“我们孩子平时爱玩手机,这次全家一起欢乐跑,既对孩子身体好,又能增强亲子互动。”

本届马拉松赛道共42.195公里,途经黄花沟公园、风谷智慧运动休闲公园等环城水系公园。公园里内设有智能运动区,通过人脸识别记录运动数据,帮助运动者调整锻炼节奏,真正实现“智慧健身,健康量化”,让环城水系从生态廊道升级为全民健身的“户外智能健身房”。

“我现在已经消耗300卡路里了!除了计算消耗卡路里,它还能监测心率、连步态矫正建议都能语音提醒,简直就是随身教练。”风谷智慧运动休闲公园内,家住万和城的市民赵研正在通过智慧大屏查看自己的运动数据,“今年不是体重管理热度很高吗,我正好想减肥,报名了马拉松,现在天天下班来这里练一练。”

据悉,3月下旬以来,我市各大商场运动品牌门店客



▲ 马拉松赛道。

◀ 市民在西堤路跑步。

曹云鹏 摄

流增长,从跑鞋、运动服到智能体脂秤、运动手环均成为热销单品,“赛事健身热”正从赛道向生活场景延伸。

4月春意正浓,赛事活动越来越多,我市正以马拉松为支点,撬动“运动促进健康”的全民行动。这场万人盛会,不仅是体育狂欢,更是全民健康实践。

党建共建+产学研合作
市纤检所与天津工大
纺织学院签约联手

保定晚报讯(通讯员田凯)为响应国家创新驱动发展战略,加强与高校的全方位合作,集合社会优势资源,促进地方经济发展,4月11日,保定市纤维检验所一行,赴天津工业大学纺织科学与工程学院开展产学研合作交流暨党建共建活动。

活动中,政校双方开展了“组织共建、队伍共育、资源共享、活动共办、事业共创”深度合作,整合优势资源,提升党建共建质效。同时,建立共建共促长效机制,凝聚推动双方发展的强大合力。双方还现场签署了《合作协议书》《党建共建协议》,今后将在人才培养、科技研发、成果转化等领域开展全方位合作。保定市纤检所作为天津工业大学纺织科学与工程学院实习基地,将高校人才、技术优势和市纤检所职能优势结合起来,实现合作共赢。

图片新闻



4月15日,市政府研究室党员下沉到公园时代社区,与社区党员一同开展小区绿篱种植活动。物业绿化部门主管介绍冬青的种植方法后,大家纷纷拿起铁锹、锄头等工具,分工协作,挖坑、种苗,经过一上午的辛勤劳作,原本空旷的土地上种满冬青,为社区环境增添一抹亮丽的绿色。

袁璐 摄

专业培训赋能! 志愿者蓄势待发

保定晚报讯(记者安亚静 见习记者李俊博)“能成为马拉松志愿者,我特别开心!我负责物资发放,还要引领参赛人员到达指定地点。我已经做好准备,一定会以最好的状态为跑者服务。”4月11日,河北软件职业技术学院志愿者培训现场,大学生李肖龙难掩兴奋。

为全力保障君乐宝2025保定马拉松赛事高品质举办,4月10日至4月17日,共青团保定市委联合华北电力大学、中央司法警官学院、河北农业大学、河北大学、河北金融学院、保定学院、保定理工学院、河北软件职业技术学院、保定电力职业技术学院、河北工艺美术职业学院、保定市职业技术教育中心、保定市女子职业中专学校等12所院校,开展保定马拉松志愿者培训。

据悉,本次培训内容丰富、形式多样,培训讲师从马拉松赛事常识、岗位分工、礼仪规范等方面着手,以理论讲解、案例分析、现场演示等方式,全方位提升志愿者的专业素养和应急处理能力。培训过程中,志愿者们认真听讲、积

极互动,深入熟悉赛事流程和岗位职责。以专业为基,青春为翼,全力保障赛事安全高效运行。

保定马拉松志愿者板块负责人张欢表示,马拉松志愿者是赛事的一张名片,他们的专业和热情直接影响到选手的体验。通过培训工作将志愿者个体凝聚成高效的团队,是赛事顺利进行的重要保障。

“每一次志愿服务都是一次成长的机会,希望能够通过自己的努力,为选手们提供更好的服务,让他们感受到保定的热情和温暖。”来自河北金融学院第三次成为保马志愿者的苏思瑶说。像苏思瑶这样多次参加马拉松志愿服务工作的志愿者还有很多,他们用自己的实际行动诠释着奉献、友爱、互助、进步的志愿精神,成为赛事中一道亮丽的风景线。

目前,通过提前熟悉岗位流程、备齐赛事物资等方式,志愿者已蓄势待发。他们将以真诚的笑容迎接每位跑者,用细致的服务守护奔跑旅程,也让八方来客感受到保定这座城市的青春风采与人文关怀。

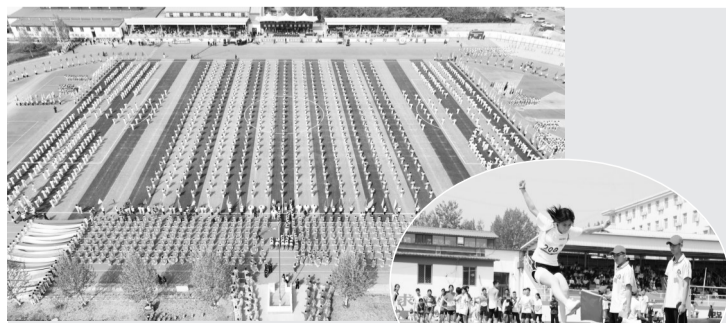
体育让城市更美好

涑水县举办中小學生春季运动会

青春最是绚丽 运动尽显朝气

保定晚报讯(通讯员杨志民)鸣枪、起跑、冲线,箭步齐发,势不可挡。4月16日,以“扬体育精神,展青春风采”为主题,2025年涑水县中小學生春季运动会在波峰中学开幕。全县25支代表队的699名运动员在为期三天的比赛中,拼搏竞技,追风逐梦。

青春最是绚丽,运动尽显朝气。开幕式上,中小学阳光体育运动展示环节,由448名初中学生组成的方队,沐浴明媚春光奔向场地中央,一排排、一行行,长裙舞动,诠释“激情与梦想”。500名少年以“花”为阵,组成“百工方圆”,刚柔并济,彰显卓越风骨。比赛中,百米赛道,选手如离弦箭疾驰;跳高场,运动



▲ 开幕式现场。

杨猛 摄

▶ 跳远比赛现场。

贾晨阳 摄

员矫健身姿划出一道优美弧线;标枪赛区,一杆长枪搏击长空……

近年来,涑水县委、县政府高度重视教育发展,特别是“推动教育高质量发展、加快建设教育强县”誓师大会后,该县充分营造尊师重教氛围,优化师资配备,改善办学条件,保障校园安全,全县教育教学工作呈现出比学赶超良好势头。涑水县教体局局长代娜娜表示,此次运动会为热爱体育运动的学生提供施展才能、学习交流的舞台,中小學生通过赛场比拼,磨砺心智,强健体魄、陶冶性情,充分展示校园体育发展成果,引领全县学校体育工作取得突破性进展。