

新年伊始“步步高” “攀登辽宁”掀起全民健身热潮

本报记者 朱才威

登上56层楼,用时8分29秒。这是2023年1月1日迎新年辽宁省垂直马拉松竞速组冠军的成绩。“成绩不错,但我们更看重的是让更多人参与到全民健身活动中来。”省体育局群众处处长王海泉1月2日下午表示,特别是对广大上班族来说,让楼梯取代电梯,是一项非常好的运动健身方式。这正是省体育局举办辽宁省垂直马拉松的目的所在。

从2016年开始,新年第一天举行的辽宁省迎新年垂直马拉松是许多健身爱好者翘首期盼的迎接新年方式,是一项具有影响力、认可度,深受百姓喜爱的全民健身品牌赛事,迄今已连续举办了8届。这一赛事也是省体育局重点打造的十大全民健身系列活动中“攀登辽宁”的代表性赛事活动,攀登的过程也有着“步步高升”的美好寓意。



参加辽宁省迎新年垂直马拉松的选手冲刺瞬间。 本报记者 朱才威 摄

今年赛事在沈阳市府恒隆广场举行,共有300名“爬楼”高手参赛。比赛设置大众男子组、大众女子组和竞速组三个组别。大众组的终点在33层,竞速组的终点在56层。赛事除了延后不收报名费、免费发放运动T恤的惯例,所有完成比赛的选手均可获得完赛奖牌及精美的电子证书,还采取

了芯片计时、分枪起跑等措施,为跑友提供更好的参赛体验。

最终,竞速组冠军由侯永辉获得,夺冠成绩是8分29秒,王凯萱和杨显智分别获得亚军和季军;大众女子组前三名分别是汤玉聪、董颖、王磊;大众男子组前三名分别是 Sven (德国)、任勇斌、张松。

王海泉向记者介绍,垂直马拉松俗称登楼比赛,这项运动是耐力和体力的比拼,坚持爬楼梯能增进心脑血管系统功能,提高肺活量,对增强体质具有明显作用。如今全球有数百万人参与垂直马拉松,这项运动被称为“运动之王”。

中国田径协会2019年发布的数

据显示,全国共有超200场垂直马拉松及其相关赛事,全年参赛人数近200万人。

垂直马拉松既考验运动员耐力,又对爆发力有一定要求。参赛选手唯有掌握好技巧,才能在练习和比赛中得心应手。

“与一般马拉松相比,垂直马拉松对瞬时速度要求比较高,对选手爆发力和心肺能力的要求也相对较高,垂直马拉松的诀窍不是合理分配体能,而是合理分配自己的心率。”王海泉说。

省体育局负责人向记者表示:“新的一年,全国各地都在举行登高活动,我们根据辽宁的气候特点,举办垂直马拉松,意在倡导大家积极参加健身活动,拥抱快乐。”

据了解,在元旦假期,除了省体育局举办的垂直马拉松外,沈阳、大连、鞍山、本溪、丹东、阜新、铁岭、朝阳市、盘锦、葫芦岛及沈抚示范区共开展20余项形式多样的新年登高活动,总计超万名健身爱好者参与。

向上攀登、向前奔跑,开年首场全民健身活动——“攀登辽宁”的顺利举行,点燃了我省群众运动健身的热情,掀起新年辽宁全民健身的热潮!

中国男排联赛 上海队晋级决赛

新华社石家庄1月1日电 1日,2022—2023中国男子排球超级联赛半决赛第三回合在河北农业大学西校区体育馆继续进行,上海光明男排以3:0横扫浙江男排,大比分2:1获胜晋级决赛。

男排联赛半决赛采用三场两胜制。上海男排将在决赛对阵卫冕冠军北京汽车男排,后者在半决赛中战胜山东儒辰男排。

当天比赛浙江队抢开局,但局中

上海队逐渐找到进攻感觉,以25:16拿下首局。第二局上海队3名外援同时出场,发球和进攻串联展现了更强的稳定性,以25:16再下一城。

第三局,浙江队前半段表现疲软,进攻简单高效的上海队在局中取得较大比分优势。随着一次双人拦网成功,上海队以24:15领先迎来赛点。随后浙江队连追3分,但无力改变大势,上海男排最终以25:18胜出,晋级决赛。

欧陆烽火

七战四负 热刺队跌出前四



1月2日,热刺队球员孙兴慜(中)在比赛中突破。

新华社伦敦1月2日电 北京时间1月2日出战英超第18轮比赛的伦敦两强热刺队和切尔西队未能获胜。切尔西队客场1:1战平诺丁汉森林队,热刺队主场0:2不敌阿森纳队。

切尔西队当面对处于降级区的“升班马”率先破门,由英格兰射手斯特林在第16分钟近距离破门。不过,控球明显处于劣势的切尔西队在进攻端更具威胁,迫使切尔西队门将凯帕多次门前扑救。

易边再战,切尔西队没有一脚射门打在门框范围内,孜孜不倦发动反击的主队则终于在第63分钟有所斩获,由奥里耶耶利用点球机会在门前混战中小角度抽射得手。

赛过16场的切尔西队目前以25分位列第八,已落后第四名曼联队7分。他们下一轮将主场迎战卫冕冠军曼城队。曼城队前一主场被埃弗顿队1:1逼平,目前积36分,与“领头羊”

阿森纳队的积分差距已拉大到7分。

热刺队当日的表现更加不尽如人意,全场仅有6次射门,其中2次射正。门将洛里的失误让热刺队遭遇重击,第50分钟,这位法国国门扑救路易斯的远射脱手,被维拉队在禁区内组织起二次进攻,由布恩迪亚一击命中。第73分钟,维拉队中场断球后由路易斯破门,比分定格在2:0。

热刺队近7场英超比赛已四度失利,排名跌出前四,在多赛一场的情况下落后曼联队2分。不过,热刺队主帅孔蒂称球队当日的表现其实并不差。“如果你问我,那我只能说足球就是这么奇怪。上半场我们掌控着比赛,虽然没有创造什么得分机会,但那是因为对方是一支11名球员都在全力防守的球队。下半场我们开局也是一样,只不过很不幸地丢了一个球。那个丢球改变了局面以及球员的心态。”热刺队下一轮将客场对阵水晶宫队。

梅西缺阵 “大巴黎”不敌朗斯



1月2日,在2022—2023赛季法甲联赛第17轮比赛中,梅西缺阵,巴黎圣日耳曼队以1:3不敌朗斯队。图为巴黎圣日耳曼队球员姆巴佩(前)在拼抢时摔倒。

观战 NBA

东西头名碰撞 掘金力克凯尔特人

新华社华盛顿1月2日电 新年第一天,2022—2023赛季美职篮(NBA)常规赛上演东西部头名对决,西部榜首丹佛掘金队在主场以123:111战胜东部头名波士顿凯尔特人队。约基奇为掘金队贡献了30分、12个篮板和12次助攻的“三双”数据以及零失误的绝佳表现。

西部榜首位置近来几度易主,一直稳坐东部把交椅的凯尔特人队2022年12月7日与当时的西部头名菲尼克斯太阳队碰过面。时隔一个月不到,他们在又一次的东西部头名大战中迎来掘金队。与上一次横扫太阳队不同,此番凯尔特人队被掘金队占尽上风。第一节掘金队以37:28领先,此后一直保持优势,第四节一度领先了18分之多。

这场比赛是约基奇连续第二场、本赛季第九次拿到“三双”。他出场32分钟,运动战中13投10中。其队

友布鲁斯·布朗贡献了全队第二高的21分,他此番代替因膝伤缺席的主力得分后卫穆雷出战。

本场比赛也被外界看作约基奇与另一位本赛季最有价值球员热门人选——凯尔特人的塔图姆之间的对话。此役塔图姆交出了25分、7个篮板、6次助攻的成绩,但首节仅拿一分,被指有些慢热。

两队在比赛中都上演了精彩的扣篮。掘金队球员戈登在上半场接近尾声时接约基奇传球完成背对篮筐的空中接力扣篮,引来观众欢呼。而凯尔特人队球员罗伯特·威廉姆斯在末节上演一记势大力沉的空接扣篮后,比赛甚至不得不中断,因为篮筐被威廉姆斯扣歪了。工作人员用了半个多小时才将篮筐复位。

本场比赛后,掘金队在过去12场比赛中取得10场胜利,而凯尔特人队的四连胜则被终结。

假日迎来 滑雪热

1月2日,多名游客在北京延庆区国家高山滑雪中心滑雪。

当日是元旦假期最后一天,在北京郊区的滑雪场,许多游客在这里游玩滑雪,体验冰雪运动乐趣。

本版照片除署名外由新华社提供



辽篮取得新年“开门红”

本报记者 李翔

366天之前,辽宁男篮击败卫冕冠军广东队,用一场胜利为2022年开了个好头。2023年的第一场比赛,辽宁男篮同样取得“开门红”。1月2日,经过加时苦战,辽宁男篮以112:108力克吉林队。

在2022年的最后一天,辽篮以114:99击败“领头羊”浙江稠州队,不过全队也付出了相当大的体能代价。本场比赛,伤病未愈的郭艾伦作壁上观,在内线和外线最主要的攻击点同时缺席的情况下,辽篮的进攻不够犀利。由于伤病和体能原因,辽篮上半场的防守也非常松懈,吉林队多次上空篮得分。上半场战罢,辽宁男篮以42:57落后。

从第三节后半段开始,辽篮提升防守强度,不断蚕食吉林队的领先优势。此时,弗格站出来接管比赛,第四节他连得9分,辽宁男篮追至只落

后1分。接着弗格抢断姜宇星成功,并造成后者违体犯规。弗格2罚1中,随后他又命中三分,此时辽篮领先3分。但姜伟泽在终场前2.1秒命中三分,比赛被拖入加时阶段。

加时伊始,姜伟泽再度投中三分球。此后,弗格成为比赛的主角,他连投带罚拿到9分,为辽篮奠定胜局。全场比赛,弗格两分球8投5中,三分球6投5中,罚球16罚13中,得到全场最高的38分,另有9次助攻、5个篮板。值得一提的是,在击败浙江队的比赛中,弗格得到加盟辽篮以来单场最高的41分,当辽篮陷入近几个赛季罕见的困境时,弗格表现出了一名超级外援应有的风采。

赢下本场比赛后,辽篮的战绩为16胜5负,排名积分榜第三位。1月4日20时,辽篮将迎战福建队。

辽篮用常规赛“试错”

本报记者 李翔

本赛季第二场“东北德比”,阵容不整的辽宁男篮在半场落后15分的情况下逆转取胜。从比赛过程来看,辽宁男篮和吉林队都犯了不少错误。其实,辽宁男篮正在用常规赛“试错”,寻找最合适战术。

和此前负于北京队的比赛一样,辽篮在第四节让桑普森主打,只给进攻手感不错的弗格不到4分钟的时间。这看似反常的用人,体现了辽篮教练组的良苦用心:通过增加关键时刻的出场时间,帮助桑普森融入球队。

可以说,辽篮在为季后赛“试错”。此役增加张镇麟持球进攻的次数,最后时刻把罚球锁定胜局的机会交给郭手祺,也是如此。

辽篮采取这样的思路,是可以

理解的。由于种种原因,辽篮本赛季始终无法凑齐上赛季的主力阵容,球队的战绩不可避免受到影响,更何况浙江队和广东队如今状态上佳,辽篮“弯道超车”争夺常规赛冠军的难度很大。同时,辽篮也不太可能跌出前四名,这就给了球队“试错”的本钱。

从另一个角度看,常规赛只不过是排位赛,辽篮的终极目标是卫冕总冠军。可以说,对于每一支球队在夺冠的球队来说,42场常规赛都是在为季后赛热身。

辽篮的当务之急,一方面是通过比赛调动球员状态,让主力球员把最好的状态留到季后赛;另一方面,也要为季后赛进行战术演练和人员储备,为此哪怕多输一两场比赛,也是值得的。

践行社会责任 添彩美好生活

——省体彩中心发布《2021社会责任报告》

12月15日,辽宁省体育彩票中心理性购彩研究成果分享暨年度社会责任主题论坛通过线上直播的形式与广大体彩爱好者见面。此次论坛旨在向社会发布《2021社会责任报告》,展示2022年辽宁体彩基于大数据形式的理性购彩研究成果。

与此同时,本次论坛还邀请到辽宁社科院专家、知名心理咨询师、著名媒体人等社会人士参与,共同见证辽宁体彩的高质量发展。

履职社会责任,负责任地发布

本次《报告》既是辽宁体彩业务工作的系统展示,又是在履行社会责任方面的答卷,将辽宁体彩在党建引领、文化建设、服务大众、责任管理、践行公益、运营服务、队伍建设、绿色发展等方面的工作——向社会公众

展示,让公众了解辽宁体彩,为辽宁体彩责任彩票建设工作提出更多建设性的建议和意见,协助辽宁体彩在未来继续推进责任彩票体系建设,不断提升责任意识,切实把责任彩票理念融入到各项决策部署的全过程,为建设“负责任、可信赖、高质量发展的国家公益彩票”发展目标努力奋斗。

专注理性购彩研究,促进高质量发展

在本场论坛中,社会各界人士为体彩机构的社会责任履行和理性购彩研究的必要性进行了深入探讨。

辽宁社会科学院研究员张思宁从顶层设计角度为体彩助力稳增长促消费活力提出了切实可行的建议;德国维斯玛大学景观心理学硕士、国家二级心理咨询师孟航煦,深入浅出地讲解了成瘾性购彩者的行

为方式和购彩成瘾的影响因素,并提出了多种行之有效的解决方法;辽宁大学教授刘庆针对融媒体时代责任彩票理念探索与实践、社会责任传播能力的构建等提出了观点……多位专家围绕体彩的社会责任有感而发,为辽宁体彩事业的高质量发展提出了诸多宝贵建议。

在理性购彩研究方面,辽宁体彩以2022年卡塔尔世界杯赛事为契机,通过大数据分析的形式,对广大体育爱好者杯赛前后的购彩行为数据进行分析,识别成瘾性购彩用户行为特征及触媒环境,进而在非理性购彩干预领域做出积极尝试,倡导健康、快乐的购彩理念。

坚持责任彩票理念,不断丰富品牌价值

从十三五中期开始,辽宁体彩秉

持责任彩票发展理念,持续深耕区域市场,致力于推进区域经济发展的同时与广大利益相关群体一道共建高质量发展的国家公益彩票。

多年来,辽宁体彩为社会募集了大量的公益金,在解决就业、助学、济困及合作行业共同发展等多个领域不懈努力,将体彩品牌的外沿进一步扩大,行业品牌的社会责任影响力也得到了持续增强。

辽宁省体彩中心在奋进的道路上始终坚持稳中求进、创新求变,为社会与人民献上了一份满意答卷。一份《报告》不仅凸显了辽宁省体彩中心责任彩票建设的使命与担当,还展示了辽宁省体彩中心接受社会各界监督的坚持与决心。展望未来,辽宁省体彩中心必将在新的征程中,行稳致远,再创佳绩。

佟 娇