

圈内圈外

凌广志 赖少芬

志愿者让亚运精神闪光

2010年广州亚运会迎来开幕倒计时100天。目前,已有超过90万人报名亚运会、亚残运会志愿者。

广州是中国志愿服务事业起步最早、发展最快、规模最大的城市之一。自1987年开通全国第一条志愿服务热线以来,广州志愿服务已拓展到社会的各个领域,志愿者们成为广州的“微笑名片”。

亚运会是运动员的盛会,也是志愿者的盛会。通过亚运会,志愿者们这个群体再次走入公众的视野。2010年广州亚运会志愿者的招募工作,本着“人人可为、时时可为、处处可为”的精神,从一开始就植根于群众当中,尽量方便群众参与。

亚运会是体育盛会,也是一个向亚洲集中展现中国改革开放30多年巨变的窗口。有形的物质成果可以给人留下深刻印象,但无形的精神力量更能持久地影响世界对中国的认知。

中国代表团将征战亚运会41个大项

国家体育总局局长、广州亚运会组委会主席刘鹏4日在“迎接广州亚运会倒计时100天誓师动员大会”上透露,中国将组建近1500名运动员和官员组成的中国体育代表团参加2010年广州亚运会。

刘鹏说,目前中国体育健儿们正在积极备战,争取运动成绩和精神文明双丰收。中国体育代表团将加强反兴奋剂工作,杜绝不良赛风赛纪,要以良好的精神风貌、高尚的体育道德、优异的运动成绩回报祖国和人民。

姚明恢复良好求战心切

期望下赛季打满82场比赛

在国内休整的姚明每次遇到媒体,被问到最多的就是他的伤病。4日,在NBA中国赛新闻发布会的电话会议上,姚明表示他最大的愿望就是下赛季打满82场比赛。

“我回到休斯敦之后就会参加火箭队的对抗训练。”姚明说。姚明表示他一定会参加10月13日和18日两场与新泽西网队的中国赛比赛,而且那不会是他伤愈复出的第一场比赛。

2009年5月份在西区季后赛第二轮,姚明在比赛中受伤,不得不接受手术治疗。姚明这一次休养导致整个2009/2010赛季报销,伤愈归队后能否100%地恢复,达到以前的状态,是球迷和媒体最关心的问题。

姚明说:“我不知道自己到底能不能100%地恢复,这要通过比赛,上场打球,自己去找回以往的感觉和状态。我想现在最希望的就是打满82场比赛,一场不缺。”

姚明称这个夏天火箭队能够成功地与斯科拉和洛里续约是让他最高兴的事,同时他对老将布拉德·米勒的加盟也非常欢迎。“米勒是非常有经验的老队员,他以前也在阿德尔曼(火箭队教练)手下打过球,我相信他会为火箭队有很大帮助。”

质疑记者没有记者证 郭德纲称该栏目多次偷拍激怒了自己,并搬出古语说理:“中国从汉朝的法律就规定:私闯民宅打死勿论。你有采访的权利,我有维护隐私的权利。”

健康促进十年行动规划》,职工参与健身活动的比例,成为各单位一把手的考核指标之一。

北京人民广播电台体育台台长陈晖说,这次复播,我们保留以往喊号子的程序外,还将集公益性、科学性和趣味性于一体。

“工间做操三十分钟,健康生活一辈子”,北京市总工会副主席韩子荣接受采访时说,“当然,集体做操并非唯一的选择,只要监督保证职工获得正常的工间休息时间,采取哪种方式锻炼应由职工自己说了算,包括跳绳踢毽子都算休息和锻炼。”

与此同时,北京市还进行了积极有效的尝试,鼓励单位自行设计和编排健身锻炼项目纳入备选库,像花棍操既活动了身体,又锻炼了手脚配合;瑜伽操特别适合女性职工,伴随轻柔的音乐,舒缓四肢、放松精神;座椅上的太极好似在隔断里工作的白领专门设计,无论如何扭扭转转,身体始终没有离开座椅;而经络操的普及范围可以涵盖所有行业人员,表演者通过拍打手臂正面和背面、按揉后脖子和胸腔的穴位来疏通经络、舒展筋骨。

吴孟群说:“我们希望不断扩充备选库的内容,推出更多适应不同人群、场地的工间(前)操。大家要是觉得广播体操单调死板,可以换换口味;同时也要让备选库发挥好药房的作用,每人可以根据各自的身体状况各取所需。”

(据新华社)

每周一星



气质多变 尽显风情 王璐丹

近日,王璐丹为某周刊拍摄的封面组图曝光,在该组写真里,王璐丹浓妆淡抹展现了两种截然不同的优雅气质,让观众看到了一个多变而又富有创造力的王璐丹。(据新华社)

巴萨中国之行拉开序幕

鸟巢之战梅西须出场30分钟

8月5日凌晨1点40分,随着巴萨乘坐的飞机降落在北京首都国际机场T3航站楼,巴萨此次中国之行正式拉开了序幕。

当以梅西为首的巴萨球员出现在早已等候在机场的球迷面前时,现场的气氛瞬间到达了高潮。甚至一度引发了混乱。

按照计划,巴萨将于8月8日晚在“鸟巢”与北京国安队进行一场比赛。

在北京期间,巴萨将至少安排5次训练课。但在先前进行的韩国之行中,主帅瓜迪奥拉突然宣布梅西将缺席与韩国明星队的比赛,这一突如其来的变故令韩方大为震惊,转而愤怒。

双方通过不断地交涉,最终巴萨方面做出了让步,同意梅西参加韩国之行的比赛。替补上场的梅西凭借超强的个人能力,在仅有的17分钟上场时间内两度攻破对手的大门,帮助巴萨取得比赛的胜利。

不出意外的话,在与北京国安的比赛中梅西依然会替补登场,而按照主办方先前与巴萨方面签订的合同中的规定,梅西必须出场30分钟以上。这就避免了与国安的比赛之前,巴萨方面突然宣布梅西高挂免战牌的尴尬局面。

作为商业比赛,球迷希望看到的就是世界的顶级球星,如果大牌们屡屡爽约,不但会影响到比赛的上座率,更会降低俱乐部在球迷心目中的地位,相信这是巴萨也不希望看到的。(据新华社)

郭德纲再为打人弟子开脱

称“私闯民宅打死勿论”

未德云社道歉说明会上现身的郭德纲,4日凌晨以《有药也不给你吃》为题撰写博客表示被打记者周广甫“私闯民宅不对”、“偷拍不近人情”,并称记者采访无记者证。另外郭德纲还写道,打人事件后北京电视台《每日文娱播报》相关负责人要挟他们“给五万元就不播出”。郭德纲对此很愤怒:“假公济私利用新闻手段威胁利用,你们丢的是BTV的人,你们毁的是BTV的名声。”

对于郭德纲的博客,其经纪人王海称:“德纲的博客一般是他自己写”,并称接下来的事务公安机关来处理。《每日文娱播报》主编李林洁则称:“谁和他们谈到五万元请拿出证据,赔偿要等治疗结束才能算出数额来。”

《每日文娱播报》主编李林洁“息事宁人”要拿出证据 郭德纲在博客中提到《每日文娱播报》相关负责人欲用五万元“息事宁人”,3日《每日

文娛播報》主編李林潔在電話中稱:“無論是王海、郭德綱也好,他們和誰交涉的,請拿出證據來,和誰談的五萬元賠償?在我看來,所謂的賠償我已經說清楚,現在沒有具體辦法給你具體的數,今天周廣甫還在跟警察做具體的傷情鑒別,接下來的治療是將來的費用,出來後才能給出一個明細。”

郭德綱在博客中首先承認弟子李鶴彪打人一事,同時他為弟子開脫道:“唯一缺點,好衝動,容易上當。”

郭德綱在博客中首先承認弟子李鶴彪打人一事,同時他為弟子開脫道:“唯一缺點,好衝動,容易上當。”

工间操时段恢复播出

中国特色体育运动回归北京

在中国第二个全民健身日来临前夕,北京确定恢复工间(前)操广播时段,从8月9日起,每天上午和下午的固定时间里通过电台播出。

这一具有中国特色的体育运动的回归,旨在全面提升广大民众的健康素质。

工间(前)操曾是特定时代的产物,顾名思义,就是工作之前或工作中间做的体操。“新中国成立初期,国民的身体素质不甚理想,组织职工锻炼身体,是为了更好地建设祖国。”北京市职工体育协会秘书长吴孟群回忆说。

据介绍,应时而生的第一套广播体操以燎原之势迅速发展,既营造了良好的全民健身环境,激发了群众参加体育活动的热情,对国民健康状况的改善和身体素质的增强也起到了积极有效的作用。

“现在开始做广播体操,原地踏步走……”时光倒退回20多年前,每天的上午10点和下午3点,大街小巷会响起昂扬的广播操旋律,人们从车间、办公室里走出来,跟着大喇叭的音乐一起活动筋骨。两遍广播体操做下来,个个神清气爽。

从1951年第一套广播体操公布至今,大约每隔五年至六年,中国都会根据社会的发展和国民体质的变化更新一次,现在通行的是第八套广播体操。据了解,知名演员李连杰便是因为广播体操而改变命运,当年在北京广桥小学读书时,李连杰因为姿态标准优美,被选为全校的领操员。随后,他又被什刹海体校的老师选中,开始学习武术。

“那时的生活条件虽远不如现在,但是很少得什么肥胖、高血压之类的富贵病,也没有肌肉劳损等职业病。”广播操全盛时期的景象,成为64岁的宋玉芹的温暖记忆,而对当下中国更多的年轻人来说,脑海里甚少有过“工间操”的概念。

金融街白领宋爽依稀记得小时候跟母亲上班时,和那些叔叔阿姨一起做操的经历。“现在别说氛围了,哪有做操的条件啊,上班时工作强度大、空间狭小,单位缺乏健身设施,下班时又要费时赶路、疲于应酬或忙碌家务,很难让锻炼身体成为生活中不可或缺的一部分。”

国家级社会体育指导员范云江告诉记者,从20世纪90年代中期,包括中央及地方的

氛围吸引更多青少年到球场上来,加大对女足的投入。同时,对于中国女足重新崛起这一任务,大家强调不要期望在短时间内就能达到目标,毕竟一个项目的复兴需要一个过程,主管者在制定规划时要考虑到这一点。

对于新一届中国女足主帅人选,与会代表都推荐了人选。对足协选新一届中国女足主帅,大家的意见基本一致,最终的人选必须了解中国女足,而且还要有责任心和事业心。

最后,国管部主任曹景伟表示,对于大家推荐的人选,国管部将进行汇总,然后在听取技术委员会教练们的意见后,最终敲定新女足的主教练人选。(张晓敏)

本土教练成为女足新帅热门人选

殷铁生李霄鹏在列

2日,足协邀请多家主流媒体代表在京召开女足工作研讨会。受邀的媒体代表被要求推荐新一届中国女足主帅人选,殷铁生、马良行、李霄鹏、李红兵、高荣明、陈金刚等众多本土教练入围。

国管部主任曹景伟主持了本次研讨会。一上来,曹景伟就把这次会议的3个议题抛给大家:“中国女足实力下滑的原因?如何提高中国女足的整体实力和水平?推荐新一届中国女足主教练人选。”

对于女足下滑的主要原因,大家提到了目前踢球的女孩子太少,导致选材太受限制这一现实。如何提高女足的水平?大家表示应把基层青少年培养放在首位、打造良好的

氛围吸引更多青少年到球场上来,加大对女足的投入。同时,对于中国女足重新崛起这一任务,大家强调不要期望在短时间内就能达到目标,毕竟一个项目的复兴需要一个过程,主管者在制定规划时要考虑到这一点。

对于新一届中国女足主帅人选,与会代表都推荐了人选。对足协选新一届中国女足主帅,大家的意见基本一致,最终的人选必须了解中国女足,而且还要有责任心和事业心。

最后,国管部主任曹景伟表示,对于大家推荐的人选,国管部将进行汇总,然后在听取技术委员会教练们的意见后,最终敲定新女足的主教练人选。(张晓敏)

布兰妮现身卡拉巴萨斯



布兰妮2日现身美国加利福尼亚的卡拉巴萨斯,背心热裤打扮的布兰妮手里拿着一杯饮料享受着阳光,对自己的凸点却浑然不知,高兴时对着狗仔的镜头大秀鬼脸。

郑欣宜瘦身成功



郑欣宜为便服品牌拍摄硬照,与好友谢婷婷一起合作,被问到会否效法婷婷穿热裤,她表示有信心,并笑言:“有photoshop我不会太在意,平时都好少穿短裤,牛仔褲帮助展示身型,希望再多瘦几磅。”

赵柯成了“健身工具”



自从拍了《无懈可击之美女如云》,自从遇上酷爱健身的何润东Peter,“我就多了一项功能——健身工具!别想歪了,不是我折磨他,而是我戏里戏外迫不得已“折磨”他,让他累到极致!拥有模特身材的Peter,最终只能宽慰自己——就当自己是在健身吧。”赵柯说。(据新华社)