



2月15日,市民在市人民公园里划船游玩。 记者全正 摄



2月15日,市民在市奥体中心场馆内参加冰壶比赛。 记者刘旻 摄

新春 「新玩法」 运动过大年

记者张婧

“平时工作忙没时间锻炼,经常觉得腰酸背痛,趁着春节放假出出汗、健健身,舒服多了!”2月15日,市民李春兰笑着说。一直以来,“健康”一词都是春节祝福语中的高频词汇。春节期间走亲访友、聚餐拜年、推杯换盏之外,运动健身成为时尚。

春节期间,十堰奥体中心热闹非凡,前来锻炼的市民络绎不绝。在乒乓球馆内,运动爱好者挥舞着球拍,尽情挥洒汗水,享受运动乐趣,展现出积极向上的精神风貌。

不远处,在阵阵清脆的撞击声中,一群年轻人正享受着冰壶运动的快乐。“冰壶是一项需要良好平衡感和力量技术的运动,看似简单,却需要付出大量的努力进行练习,过程充满趣味。”大学生张筱筱言语中透露出对冰壶运动的喜爱。

如今,健身锻炼、运动休闲已成为市民丰富新年假期生活的新方式。除室内运动外,还有很多市民带着家人到四方山生态公园、市人民公园等地,骑自行车、乘坐游船,享受敬老、亲子运动乐趣。



2月15日,市民在市奥体中心场馆内进行乒乓球比赛。 记者刘旻 摄



2月15日,市民在市奥体中心场馆内参加棋类比赛。 通讯员胡培霖 摄



2月14日,市民在四方山生态公园里骑自行车健身娱乐。 记者潘世新 摄



2月13日,市奥体中心广场上举办全国全民健身大拜年活动暨2024湖北省“体育过大年”十堰分会场活动启动仪式。 记者潘世新 摄



2月14日,市民参加体育过大年—3人篮球比赛后开心合影。 特约记者周家山 摄