

运动

A24



围棋队队际赛比赛现场。

青岛百校少儿围棋队际赛上周日走进莱西

莱西湖畔上演黑白论剑

岛城百校队际赛

□半岛全媒体记者 杜金城

5月14日下午,在母亲节这个特别的日子里,“马迭尔”杯青岛百校少儿围棋队际赛走进莱西湖畔。在莱西香港路小学,20余名学生和围棋教练、家长们共度过了一个难忘的假日。队际赛走进莱西,给莱西的围棋教育注入了新思路。

本次队际赛参赛双方分别是由刘伟5段执教的莱西香港路小学北极星队(执黑)对阵由王安青5段执教的莱西香

港路小学丹朱棋艺队(执白)。从双方参赛队员的名单可以看出,莱西香港路小学北极星队队员的整体实力高于莱西香港路小学丹朱棋艺队队员。棋局的进程也印证了这一点。

比赛第一节布局阶段,黑方派出该队棋力最高的李欣佳3段、谢晨3段二位女将出场,白方也安排两位棋性偏稳和布局稍强的刘恒宇2段、张佳琳1段上场。行棋至第8手,白棋守角过缓,应分投或者挂角白16应二路扳粘后跳出,而实战黑形成一道厚墙,此时,黑方教练发现先机,及时叫暂停,杨津宁1段带着教练的最新意图上场,黑43是扩张外势的好点,白44以下应该吃亏,白方教练立即请求换人,将王迈2段换上场,希望能扭转局面,无奈黑方稳扎稳打,行棋至72手,黑棋以领先的局面结束第一节比

赛。后面的比赛,黑棋稳扎稳打没有让到手的优势溜走,最终白方中盘认负。

莱西香港路小学副校长左爱丽在接受半岛记者采访时说:“我们小学一直比较重视学生的文体发展,为普及围棋,我们专门聘请了围棋专职教练,开设了‘围棋社团’班,每周三或周五下午专门拿出时间,由围棋教练登台培训,目前,全校学生学习围棋的氛围越来越浓厚,看了‘青岛百校少儿围棋队际赛’后,很受启发,下一步以此为平台,与各个棋院开展‘手拉手,一棋成长’活动,联手打造一支或几支类似足球的冠名棋队,代表学校、莱西参加青岛市以上比赛,实现围棋‘进学校、进家庭、进棋院、进社会、进社区’,让围棋真正成为助力学生智力开发、群众娱乐活动的普惠性载体。”

半岛都市报体育产业
工作室战略合作伙伴

前方体育



SC 运动·概念
SPORTS CONCEPT



青岛有了首支本土摩托艇职业赛队

“前方体育队”角逐中国摩托艇职业联赛首战表现惊艳

□半岛全媒体记者 王悦

近日,青岛前方体育发展有限公司正式成立青岛本土首支摩托艇职业赛队——前方体育摩托艇职业赛队,首次征战中国摩托艇职业联赛,就荣获亚军、季军与第八名的傲人成绩。据了解,7月14日前方体育摩托艇职业赛队将参加在济南平阴县举办的中国摩托艇职业联赛第二站比赛,届时这支青岛摩托艇梦之队将有怎样的表现,我们拭目以待。

2017年中国摩托艇职业联赛揭幕战于2017年5月3日在重庆拉开帷幕,经过三天多组别激烈角逐,前方体育摩托艇职业赛队第一次组队参赛就荣获亚军、季军与第八名的成绩,取得本年度开门红,这也是前方体育摩托艇职业赛队在中国摩托艇顶级赛场的开端之作。

青岛前方体育发展有限公司董事长张前是摩托艇职业运动员出身,从15岁开始接触摩托艇,学习机械维修、研究艇的本身结构、训练运动技巧。张前的摩托艇运动员生涯是相当亮眼



2017年中国摩托艇职业联赛比赛现场。

的,进入过省队、青少年国家队,拿过全国冠军,当过专业教练,他对摩托艇运动很熟悉,也是这一领域名副其实的高手。在接受半岛记者采访时他表示,“我一直觉得青岛应该有一支属于自己的摩托艇职业赛队,于是积极努力筹备组建,如今也是梦想照进现实。”

张前介绍,一个标准的摩托艇职业赛队组成需要两条方程式摩托艇,两条

坐式水上摩托车,4名运动员、服务人员、机械师、领队、教练共计约12人,还有其他器材等投入。接下来,前方体育摩托艇职业赛队将于7月14日参加在济南平阴县举行的中国摩托艇职业联赛第二站的比赛。相信届时前方体育摩托艇职业赛队将会有更加优秀的表现。张前表示,“如果市民对摩托艇运动感兴趣或者有企业想合作都可以联系我们。”

解决含胸弓背之拉伸篇(2)

□健身指导 王卓

肱二头肌的缩短会造成“肩胛骨前倒”,就是含胸时候肩胛骨的样子。头肌的功能是肘屈肩屈,这也是我们生活中的常态,肱二头肌一般都是缩短变紧的,它的拉伸也是非常重要的。

对应的拉伸动作:拉伸侧手臂伸直,掌心冲下抓住固定物,身体往前下方倒。注意,拉伸时最好保持挺胸的姿势,不要让肩胛骨往前倒,以更好地拉伸肱二头肌和肩胛骨的连接处,可以每天进行拉伸,每次拉伸15s~30s,重复2~4次(每边)。



请扫码
关注i运动公
众号