



“气”定神闲 一较高下

□记者 王胜 尹倩倩 陈炳群 周宇超 通讯员 朱春霞 文/摄

舟山市第十二届运动会全民部健身气功比赛日前在乐动力定海体育中心举行。现场,各支代表队逐一上场,运动员们身着统一的服装,排列出整齐划一的队形,随着音乐的起伏动作也随之变化,时而舒缓如流水,时而刚劲似山岳,将健身气功的独特神韵展现得淋漓尽致。本次比赛共设置有健身气功易筋经、五禽戏、八段锦、大舞、养生功十二法、马王堆导引术、健肺操7套功法的集体赛和个人赛,共吸引来自全市12支队伍的110余名运动员参赛,竞技交流,一展风采,也进一步推动全民健身与全民健康的深度融合。

健身气功是以自身形体活动、呼吸吐纳、心理调节相结合的中国传统体育项目,也是中华悠久历史文化的重要组成部分。本次比赛能落户在我区举行,对于健身气功在当地的推广普及起到了积极的促进作用。

