

# 国际“铁人”，池州竞技

铁人三项是一项体现生活方式的运动，综合了三个截然不同的运动项目——游泳、自行车和跑步。

其实，这项运动早已经来到了我们身边。5月18日至19日，2013年安徽池州国际铁人三项赛，在风景秀丽的齐山平天湖风景区举行。

## 池州业余选手喜获冠军

本次比赛为国际铁人三项洲际杯赛、全国铁人三项冠军杯赛和全国业余铁人三项积分赛。与2012年国际邀请赛相比，今年的赛事性质升级为国际铁人三项洲际杯赛，并被列为全国十二运会铁人三项的积分赛。经过两天的激烈角逐，各个项目组冠、亚、季军各有归属。值得一提的是，来自池州市站前区代表队的陈卫权不负众望，获得男子骑跑两项组冠军。

## 打造铁人三项训练基地

国家体育总局自行车击剑运动管理中心党委书记、中国铁人三项运动协会主席王宣庆认为，没有文化的旅游，是没有灵魂的旅游；没有体育的旅游，是没有活力的旅

游。池州市把绿色运动会和铁人三项赛，作为两大重点体育活动长期深入地搞下去，非常令人振奋。据悉，池州市委市政府将逐步开展群众性、青少年铁人三项活动，打造铁人三项训练基地，在当地持续不断地推进铁三运动的开展。

省体育局局长冯潮表示，本次大赛的举行必将提升池州的国际知名度和影响力，为池州的发展注入新的活力。同时，

也让广大运动员和体育爱好者，领略池州山水人文的精彩与美好，享受运动的激情与快乐。

计长生 记者 江锐



## 安徽省委宣传部：营造浓厚社会舆论氛围

对于全民健身工作的宣传，安徽省委宣传部精心部署、扎实推进，圆满完成所承担的各项全民健身工作任务，为全民健身工作的顺利开展，营造了浓厚的社会舆论氛围。

安徽省委宣传部要求省直主要新闻单位，认真负责做好全民健身工作宣传报道，各项日常报道和动态报道有声有色、形式活泼、内容充实，比较全面地反映我省全民健身工作的进展与成效。在涉及全省全民健身工作的重大活动、重要会议等方面，安徽省委宣传部统筹安排、积极组织全省各级各类新闻媒体集中做好宣传报道，上下协调、步调一致，形成一定的宣传声势。此外，还根据全民健身工作的阶段性要求，及时调整宣传报道计划和安排。全省新闻媒体及重要新闻网站，充分发挥自身优势，采用新闻、评论、特写、专访等方式，持续深入地宣传全民健身工作所取得的重大成就和令人期待的发展前景。

一年来，安徽省委宣传部整合全省各级各类宣传资源，组织协调报刊、广播、电视、网络和其他新兴媒体，保持对全民健身工作的宣传报道长流水、不断线、不降温，适时组织推出集中报道，营造了良好的社会舆论氛围。

江锐 整理

## 游泳时如何预防发生抽筋



夏季到了，正是游泳的好季节。那么，游泳时如何预防发生抽筋呢？

首先饥饿、疲劳时勿游泳，因为在饥饿时容易出现低血糖。而在低血糖或疲劳状态下，若遇到冷水的刺激，就容易发生抽筋。下水前要做好充分的准备活动，如头前屈、后仰、左右旋转背10~15次以活动颈部；两肩耸肩、两臂画圆和做扩胸运动各10~15次以活动肩部、胸部；两腿伸直屈体

弯腰双手触脚尖、屈膝屈髋做下蹲、起立交替动作各10~15次以活动膝部；下水前，在池边或岸边先用凉水把四肢及胸腹背部擦湿，以便逐渐适应水中温度。

游泳时小腿和脚趾最易抽筋，可以在岸上做好脚趾运动，其要领是直腿坐于地面，一腿伸直抬起并用手分别反复扳脚趾，以提高脚趾和大小腿后侧肌肉群的柔韧性，防止抽筋现象的发生。

# 5月29日起，大乐透亿元派奖启动

## 连续派奖20期，单期派送500万创新高

星报讯(高峰) 为了迎接中国体育彩票超级大乐透发行销售六周年，感谢社会公众对超级大乐透的支持和厚爱，经财政部批准，国家体育总局体育彩票管理中心将于2013年5月29日起开展超级大乐透“周年回馈”派奖活动，连续开展20期，派奖总金额达1亿元。这是超级大乐透自上市以来，第五次开展全国大规模的派奖活动，而单期派送奖金500万元也创下历次派奖活动的新高。

本次派奖活动从2013年5月29日晚开售的第13062期开始，直至7月15日晚

开奖的第13081期，连续派奖20期，每期安排500万元，派奖奖金由当期所有一等奖中奖者按中奖注数均分；基本投注和追加投注的单注派奖奖金按照超级大乐透游戏规则规定的比例计算。若当期一等奖未中出，则派奖奖金滚入下一期与下一期派奖奖金合并后派奖，依此类推。这是超级大乐透上市以来第五次大规模的派奖活动，相比前四次派奖活动，这次单期派送奖金更是创下历史新高。

单注派奖奖金最高500万元，当期派奖奖金按中奖注数均分后，若单注派奖

金超过500万元，超过部分滚入下期，与下一期派奖奖金合并后派奖。

若最后一期一等奖未中出，或者最后一期派奖奖金按中奖注数均分后单注派奖奖金超过500万元，则派奖活动往后顺延，但不再增加新的派奖奖金，直至派奖奖金派发完毕为止。

按照活动规则，派奖期间，超级大乐透的头奖成色更高，2元可中1500万元，3元可冲击2400万元，彩民朋友在奉献爱心的同时，将体验到大奖带来的惊喜与快乐。



## 关于变更中国足球彩票单场竞猜胜平负游戏的公告

根据《彩票管理条例实施细则》和财政部《关于变更中国足球彩票单场竞猜胜平负游戏的通知》(财办综[2013]21号)规定，现将有关事项公告如下：

一、变更中国足球彩票单场竞猜胜平负游戏，将其拆分为“中国足球彩票单场竞猜胜平负游戏”和“中国足球彩票单场竞猜让球胜平负游戏”，自2013年6月4日9时起在全国各省、自治区、直辖市中国体育彩票“竞彩”网点发行销售。

二、“中国足球彩票单场竞猜胜平负游戏”和“中国足球彩票单场竞猜让球胜平负游戏”按照彩票销售总额的69%、13%和18%分别计提彩票奖金、彩票发行费和彩票公益金。

三、经财政部“财综字[2009]12号”文件批准的《中国足球彩票单场竞猜胜平负游戏规则》自2013年6月3日销售结束后废止。

特此公告

国家体育总局体育彩票管理中心  
2013年5月20日

## 电信积分大用途，积分换彩很新潮

星报讯(大卫) 不花钱就能中千万大奖！安徽省体彩中心为了感谢彩民朋友的一路支持，方便彩民朋友购彩，特别联合安徽电信推出一项便民服务——电信积分兑换彩票。千万大奖不再是梦，小小积分完成大大梦想！

还在为积分少换不到想要的礼品而苦恼吗？现在起，只需200积分即可兑换一注体育彩票，电信积分大用途，积分换彩很新潮！只要您是安徽电信用户，短信编辑彩种代码，如发送1到10659218080即可兑换机选一注大乐透。目前支持大乐透、七星彩、排列三等多种玩法，机选自选随您选择！兑换成功后，还有短信提醒，告知兑换的号码及开奖时间，电子彩票，永不丢失。在彩票开奖的次日，还有短信通知您是否中奖，小额奖金转本机话费、银行汇

**超级大乐透**

**特别提示**

当前奖池：116219946.05 元 (目前中国彩市第一)

上期开奖号码：15、25、26、32、35+05、10

全国中出一等奖7注，大奖出自河南等省(区)

大乐透开奖日：周一、周三、周六

款、上门提现等多种兑奖方式，满足您的不同需求。若奖金在10000元以上，更有专

人电话通知，协助您前往体彩中心领奖，实现购彩兑奖一站式服务，方便您的生活！