

# 全民动起来 健康新生活

## ——安徽各地举办健身活动迎新年

新年新气象，新时代新作为。为了迎接新年的到来，满足广大人民群众多元化、多层次的健身需求，营造“全民健身、健康安徽”的良好氛围，元旦前后，全省各地群众纷纷走出家门，动起来、练起来。丰富多彩的专业赛事和群众体育活动，呈现出一场充满新时代气息的全民健身嘉年华。 □ 记者 江锐

### 合肥市

1月1日，“万科杯”安徽省暨合肥市2020年迎新健身走、第60届元旦越野赛在合肥市渡江战役纪念馆南广场举行，来自全市各行各业的近2万名健身爱好者报名参加。

每年的元旦，合肥人都以越野赛跑的方式迎接新年的到来，这一方式已超过了半个世纪，坚持了60年，一代又一代的合肥人用脚步丈量着这座城市的发展，跑步路线从长江路到政务区再到巢湖岸边，成为了一项促进市民身心健康和充满历史文化积淀的具有非凡意义的“正能量”活动，它见证了合肥城市的变大变美，也记录了合肥一步步迈向“大湖名城、创新高地”的发展历程。

### 淮北市

1月1日，2020年淮北市“元旦迎新”万人长跑暨徒步活动在该市体育场举行，来自全市各行各业的健身爱好者以昂扬的斗志、强健的体魄，共同跑进充满希望的新一年，跑出新时代中国碳谷·绿金淮北的崭新图景。本次活动分徒步组、长跑组两类，共有来自市直各部门单位、各中小学、各有关企业、驻淮部队、各体育运动协会、各社区健身点、各户外徒步群等1万多名市民群众参加。

### 亳州市

1月1日，亳州市各景区为大家准备了丰富多彩的迎新年活动。活动期间，华祖庵景区由工作人员扮演华佗穿梭在景区内与游客互动，教授五禽戏动作，为游客赠送祈福香包，同时还发放养生小手册，供游客学习冬季相关食补知识。每天定点由工作人员引领游客进行五禽戏习练，与游客互动，教授游客五禽戏动作，让游客感受养生亳州的特色魅力。

### 宿州市



2019年12月28日，宿州市埇桥区举办“奔向2020”庆元旦·迎新春健身跑活动，倡导健康绿色生活，激发干事创业热情。参赛市民从汴河博物馆广场出发，绕三角洲公园南侧步道一圈，线路全长4.5公里。选手们精神抖擞、奋勇争先，形成一道移动的靓丽风景线，体现出全民健身运动蓬勃发展的良好风貌。2019年12月29日，泗县羽毛球协会在县体育馆举行庆元旦迎新年团体比赛，比赛为期一天，来自泗县的9支羽毛球代表队近百名羽毛球运动爱好者参加比赛。

### 蚌埠市

1月1日，“体育惠民 运动珠城”2020蚌埠市迎新年全民健身长跑活动成功举办。来自全市50多家机关单位、社会团体、企事业单位1000余人在蚌埠体育中心开展了全程3.59公里的跑步活动。大会同时发布了《2020“健康中国行动”蚌埠市民倡议书》。倡导市民树立“健康第一”的理念，积极参加全民健身运动；积极参加户外活动，养成良好的锻炼习惯，革除不良的习惯，走向户外，拥抱阳光，亲近自然，释放自我。



### 淮南市

1月1日，2020淮南市第七届新年登高活动在舜耕山举办，吸引了全市街道社区、机关单位及各健身团体近千人参加。本次登高活动是该市2020年举办的首场大型群众体育活动。活动以“登高望远览山川、贺岁迎新促健康”为主题，旨在通过举办新年登山活动，引导广大市民养成科学健身的良好习惯，进一步促进该市全民健身运动蓬勃发展。

### 滁州市



2020年第一天的清晨，在美丽的琅琊山脚下，近千名滁州市民，以健身登山跑的方式，迎着新年的第一缕阳光，用最具有活力的姿态迎接新年的到来。据悉，本次活动是滁州市今年全民健身的“1号活动”，在接下来的一年里将带动更多人加入到健身行列，以更健康的体魄和更积极的心态迎接新年的生活和工作，为今年该市的全民健身运动打造良好开端。

### 马鞍山市

2019年12月31日，以“共筑生态福地 乐游魅力滨江”为主题的马鞍山市2020迎新年长跑活动在采石矶景区北大门举行。广大党员干部、职工、学生、市民代表3000多人用奔跑和激情开启2020新征程。据了解，作为马鞍山市一项传统群众体育赛事，“迎新年长跑”活动已成功举办了45届。本届迎新年长跑活动旨在以“长江大保护+体育”为切入点，积极推进“环湖时代”走向“沿江时代”。

### 芜湖市

芜湖近万人以新年登高、徒步走、冬泳、骑行等多项迎新赛事活动，用全民健身的方式迎接新年的到来。“芜湖市2020迎新登高活动”2019年12月31日在赭山公园举行，十余支代表队、800余人的登高队伍沿着登山步道，登高望远，喜迎新年。1月1日，无为市与三山区不约而同地选择了20公里毅行活动作为打响2020年全民健身运动的第一枪。

### 宣城市

1月3日，宣城市第36届迎春长跑比赛在宛陵湖举行。长跑比赛按照年龄段分为甲、乙、丙、丁四个组别。来自市区各机关、企事业单位和社会各界共计1062人

参赛。冬日的早晨寒风刺骨、细雨蒙蒙，参赛选手却满面春风、热情似火，个个争先恐后、人人奋勇争先，他们迈开矫健的步伐，跑出宣城人“新时代、新气象、新作为”昂扬向上的精神风貌。

### 铜陵市

健步古铜都，逐梦新铜陵。2019年12月31日，“中国铁建·花语江南”铜陵市第54届元旦健步走暨迎春长跑活动在铜文化园广场鸣枪起跑。活动共有6367人参加。元旦健步走暨迎春长跑活动是铜陵市一项传统的安徽省群众体育品牌活动，迄今为止已举行了54届。活动不仅带动了该市全民健身活动的深入开展，还充分展示了铜陵广大人民群众昂扬向上的精神风貌。

### 池州市

1月1日，2020“毛铺紫笋酒”杯庆元旦半程接力赛在池州市举行。本次比赛采取分组抽签模式，四人一组，每组三男一女，将不同人员组合搭配，让每位跑者都能有机会与强者为伍，并取得小组前五名发放奖金和证书。2019年12月30日，九华山风景区管委会举行以“迎新年、跑赢20”为主题的冬季健身长跑比赛。

### 安庆市



2019年12月29日，主题为“登高望远览山川，贺岁迎新促健康”2020年全国新年登高健身大会安徽主会场在潜山天柱山景区举行，来自全国各地的2000多名登山爱好者相约天柱山，以登高望远的形式迎接新年的到来。登高望远是中国人民迎接新年的传统，寓意新的一年身体健康、事业发展、生活幸福。新年登高健身活动是国家体育总局主推的传统全民健身品牌活动，已成为全民健身活动的开年大戏，也是开展全民健身，发展运动休闲产业，引领健康生活方式的重要平台之一。

### 黄山市

1月1日，2020全国新年登高健身大会黄山分会场岩寺小练暨第二届徽州区黄萝尖登高喜迎新年体验活动在岩寺小练举行，拉开了徽州区2020年度全民健身活动的大幕，来自各地的600余名登山爱好者汇聚于此，以登高望远的形式迎接新年的到来。本次登高健身大会包括黄萝尖登高喜迎新年体验活动，徽州民俗活动体验展示，牢记革命使命、参观小练红色展堂等活动。