

内部资料 免费交流
(闽)内资准字 A 第 048 号

福州老年体育

本刊宗旨

2024 5
总第 118 期



目 录 | CONTENTS

卷首语

02 深耕基层 共筑老年体育的繁荣盛景

调查研究

03 省老体协领导赴长乐调研基层老年体育工作

海峡门球

06 2024 年福州市“海峡两岸”门球邀请赛圆满落幕

喜报连连

08 福州市老体协参加省老年人乒乓球交流

09 福州市参加省第九届老年人智力运动会获佳绩

10 福清市参加第四届“全国柔力球之乡”交流活动

11 走出去 强交流 促提升

共庆五一

12 致敬劳动者 共庆五一节

“柔”出健康

14 推广柔力球 培训促提升

培训会议

16 连江县老体协召开纪念建协 40 周年暨 2024 年工作会议

17 夯实项目基础 提升运动水平

太极大联动

19 舞动太极风采 展示联动魅力

火热赛事

20 虎溪畔地掷球场上演“热辣滚烫”

21 门球竞技欢乐多 赛场交流幸福长

22 银球飞舞增友谊

22 杖友齐聚 走出精彩

老体风采

23 群英舞台竞风流 方显耕耘硕果丰

24 秧歌舞人生 靓丽风景线

基层图讯



深耕基层 共筑老年体育的繁荣盛景

五月，炽热的阳光不仅照亮了大地，更点燃了我市老年体育事业的蓬勃之火。从全国到省级的各大赛场上，我市的多支代表队屡创佳绩，彰显了我市老年朋友们坚韧不拔的精神风貌；各类老体健身项目培训遍地开花，为老年朋友们提供了广阔的学习与锻炼平台；辅导站点遍布城乡，活动开展得常态化、有序化且充满创意，有力推动了全民健身运动的深入开展。

省老体协基层调研座谈会的召开为我们基层老年体育工作注入了新的动力与方向。省老体协主席王美香“重抓基层，服务基层”的指示，为我们指明了前行的道路。她强调，只有深深扎根于基层，真诚服务于群众，我们才能真正汲取到群众的智慧与力量，才能让老年体育工作在基层这片沃土上生根发芽，茁壮成长。

展望未来，我们将以更加坚定的步伐，进一步健全和完善乡镇村居的老体协组织体系，规范基层辅导站点的建设与管理，培养更多优秀的体育人才，组建更加多元化的健身队伍，满足福州老年朋友多样化的健身需求。

薛海玲

2024年5月



省老体协领导赴长乐调研基层老年体育工作

5月13日至14日，省老体协基层老年体育工作调研在长乐区进行。

省老体协王美香主席率马义英副主席、陈震副主席以及各设区市和平潭综合实验区老体协主席一行前往长乐区西关社区辅导站、营前街道老体协、琴江村、长乐老年体育公园和长乐区老年人体育活动中心(在建)调研并召开座谈会。福州市人大副主任陈忠霖、市老体协主席阮孝应、长乐区区长廖海军、常务副区长林增祥等领导分别参加调研。

王美香一行先后前往长乐区吴航



街道西关社区塔山辅导站、营前街道中心辅导站、区老年人体育公园以及在建的长乐区老年人体育活动中心实地调研，详细了解基层老年人体育健身活动开展、体育健身场地设施建设、老年人体育健身队伍建设、基层辅导



站建设、党建工作等情况。

美丽的塔山公园内一片热火朝天的锻炼景象。门球、气排球、广场舞、有氧行进操、太极拳剑、武术……每个老年体育项目场地都有老年群众在快乐地运动。王美香主席与老年人亲切交谈，了解他们日常健身的情况，他们对健身项目的需求以及辅导站对老年人体育健身项目的普及情况等。

作为“武术之乡”，长乐区的老年人民风盛行，老年朋友们兴致勃勃地向调研组展示了少林五行连环棍。一位 94 岁的老大爷老当益壮，展示了“二指禅”俯卧撑，现场一片欢声笑语，充分展现出长乐区老年人体育运动的勃勃生机。

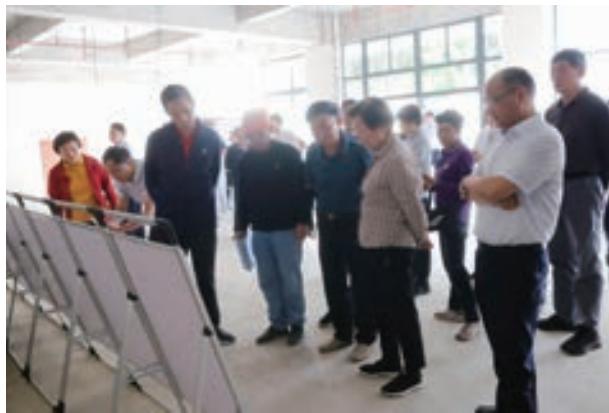
在营前街道中心站，王美香一行察看了地掷球场、气排球等活动场地

以及老体协的办公场所，当看到荣誉室内摆放着街道老体协获得的各类奖杯奖状，特别是了解到街道老体协在长乐区第 18 届老健会的 15 个项目中参加了 12 个项目并取得不菲的成绩，王美香主席十分高兴，她表示，基层老年体育的生命力就在于开展和参加活动，获得这么多荣誉，说明街道老体协平时活动开展得好，健身项目普及得多，推广得好。

在长乐区老体协公园，王美香主席对区老体协充分利用高架桥下的空地建设老体活动场地，为老年人创造一个良好的健身场所的做法给予高度赞赏，她与场地内开展门球运动的老年人深入交流互动。

参观在建的长乐区老年人体育活动中心时，王美香逐一走遍了大楼内设置的门球、气排球、柔力球、台球、乒乓球、羽毛球、棋牌、操舞等项目活动场所以及配套多功能厅、办公、会议、泊车等功能用房，察看空间设置并提出改善建议。

王美香充分肯定长乐区对老体工



作做出的努力和取得的积极成果，特别感谢长乐区党委政府下大力气建设区老体活动中心。她说，长乐区老体协工作很务实、成效很显著，组织健全，设施完善，场地建设有了很大提升。举办了18届区老健会，充分运用了老健会平台，极大促进了街镇老体协健身项目的推广，营前街道老体协就是典型代表，在队伍建设和服务保障方面也都可圈可点。

王美香表示，现阶段中老年人的体育运动已经逐步发展成“球类、棋牌类、操舞类和太极拳剑”四大类别，其中小类更是繁多，各级老体协要充分发挥辅导站作用，推广普及各类项目，给老年人提供多样化的选择，让更多的人找到科学健身的方法，不断增进健康，提高幸福感和满足感。

针对长乐区老体协提出的由于经费不足老体中心建设停滞的问题，王美香主席表示，省、市、区老体协要充分发挥主观能动性，积极拓展新思路，从实际出发，用好政策，多方筹措资金，想方设法保障中心顺利竣工，并拜托地方党委、政府更加关心支持老年人体育工作，以更有力的保障机制、服务机制，推动老年人体育事业健康向前发展。

她希望，各级老体协要有明确的工作目标，良好的服务精神和务实的工作作风，进一步加强组织、场地、队伍、活动载体各要素的充分发展、协调作用，实现老年人体育工作新飞跃，取得老年人体育工作新成果。

福州市老体协常务副主席李平、张涵，副主席陈明建、王国晓，秘书长卢湘玉，长乐区老体协主席郑金德及班子成员陪同调研。

15日至18日，调研组还将前往南安、宁化继续开展调研。



2024年福州市“海峡两岸”门球邀请赛圆满落幕

4月26日，2024年福州市“海峡两岸”门球邀请赛在福州市老年人体育活动中心门球场开幕。赛事由市体育局主办，市老体协、市门协、鼓楼区文体旅局承办，吸引海峡两岸共24支队伍、200多名优秀选手参赛。其中台湾地区派出5支代表队来榕参赛。

整个赛程历时5天（4月24日至28日），竞赛项目为5人制团体赛，分两个阶段进行。第一阶段采用分组循环赛，第二阶段采用淘汰附加赛，决出相关名次。

自2007年起，福州已连续成功举办十多届“海峡两岸”门球邀请赛，每届邀请赛台湾地区都会组织队伍来榕参加比赛。中国台北中老年人体育协会会长林锦富先生是台湾代表队的总领队，他已多次组织台湾队伍来榕参加比赛，以球会友，增进友谊。“海峡两岸”门球邀请赛也吸引着来自省内、外的门球爱好者前来参赛。

经过激烈的角逐，最终南平建阳队、福州市直机关队、南平延平队获得前三名，福建龙腾、晋安区、福清市、罗



源县代表队以及裁判员苏丽珠、魏凤云获体育道德风尚奖。

本次赛事进一步深化了对台交流，继续“两岸一家亲”理念，推动两岸体育交流发展，促进和深化两岸民间文体交流，通过搭建门球为主的体育平台，以球会友，增进各个地区门球运动的相互交流，充分拉近两岸的距离。

赛场花絮：十二载球友再相逢 两岸同胞情谊深

邀请赛间隙，台湾宜兰队的队员俞金惠翻出手机图库中珍藏的一张合照，向在场的大陸球友们四处打听。合影中是十二年前她参加门球赛结识的一位大陆好友，这次她来福州参赛，既希望与大陆球友相互交流，也希望通过门球爱好者们找到昔日旧友。

功夫不负有心人，在大家的帮助下，她发现照片中的人正是现任晋安区球队队长的陈维姗。十二载再相逢，两人相拥而泣，感慨万千，相互诉说着这十二年的变化与收获，她们虽然已从中年步入老年，但仍然意气风发，活跃在门球运动中，并借着海峡两岸门球邀请赛再续前缘，她们的再次相聚也让在场球友们由衷的欢喜。

本次邀请赛让新朋旧友赛场相见，更让海峡两岸的门球爱好者欢聚一堂，交流切磋，增进了海峡两岸同胞的了解与友谊。两岸球友都非常珍惜本次比赛，大家兴致勃勃而来，满载而归，纷纷感谢福州市提供的交流平台，也期待着明年比赛再相逢。

(徐 融)



福州市老体协参加省老年人乒乓球交流

4月25日至29日，2024年福建省全民健身运动会老年人乒乓球交流活动在省老体中心乒乓球馆举行，来自全省各设区市、平潭综合实验区的12支代表队，裁判员、领队、教练、队员、工作人员等近200人参加交流。

福州市老体协十分重视本次交流，派出队伍参加混合团体和男女单打三个项目的交流。赛前，市老体协专门召开主席办公会进行研究，对队伍存在的问题进行协调解决。赛前集训效果显著，两位分管领导还亲自参与到队伍的训练当中。

混合团体赛中，福州市代表队全力以赴，勇于拼搏，先后以大比分战胜莆田、地质、泉州代表队进入半决赛。在与老对手厦门队交锋中，双方2:2打平，在第五场的混双比赛中，福州队



前三局1:2暂时落后，在第四局比分落后的情况下，教练及时暂停，帮助队员调整心态，挽回战局，最终以11:9的比分获胜。决赛中福州队不骄不躁，沉着应战，最终以3:1的成绩战胜三明队，赢得团体冠军。

此外，参加单打交流的3名队员也不负众望，郑裕平(男单第2)、黄乐平(女单第3)获个人金奖，蔡夏宁(男单第5)获个人银奖，充分展现了福州市老人积极向上、奋勇争先的精神风貌。



福州市参加省第九届老年人智力运动会获佳绩

近期，福建省老体协举办第九届老年人智力运动会，各设区市、省直机关、行业系统老体协共 13 个代表队，运动员、教练员等 400 余人参加。福州市老体协副主席王培德带队出征，取得不菲成绩。

本届智力运动会秉持“重在参与、重在健身、重在交流、重在快乐、重在安全”的宗旨，为广大棋牌爱好者提供了一个很好的交流平台。让老年人在“增长知识，丰富生活，陶冶情操，促进健康”的同时，真正感受到“老有所学、老有所乐、老有所为”。

5月7日至8日，智力运动会扑克牌 80 分项目在晋安举办。比赛现场，选手们或屏息凝神，或泰然自若，来往交锋、斗智斗勇。经过两天紧张、友好的交流，福州市老体协何宇和、陈美彬获东西方位组冠军，王培德、刘加



武获南北方位组亚军。

5月10日至12日，福建省第九届老年人智力运动会的桥牌、中国象棋、围棋 3 个项目在罗源县世纪金源酒店举办。比赛现场，象棋选手们横车立马、点兵布阵，斗智斗勇。桥牌项目讲究合作交流，选手们稳健发挥，各得其乐。围棋对弈沉着冷静、落子迅速，乐在“棋”中。经过两天智慧的交锋，福州市老体协先后获得桥牌项目冠军、围棋项目冠军以及象棋项目第三名的好成绩。



4月21日至23日，第四届“全国柔力球之乡”交流活动在安徽省池州市九华运动休闲特色小镇举行。福清市老体协柔力球代表队与来自全国17个省、自治区、直辖市和3个计划单列市的41支代表队，共500多名运动员、教练员、裁判员参加交流。

本次交流活动共设套路项目展示（集体规定套路、集体自选套路、双人自选套路、单人自选套路）和竞技项目比赛两大项。福清市老体协代表队参加竞技和套路两个大项的交流活动。比赛中，福清队员们不畏强手，勇于拼搏，将力量与技巧完美结合，用自己独特的方式诠释柔力球的魅力。

经过三天精彩而激烈的比拼，福清市柔力球竞技代表队闯入决赛，与浙江慈溪竞技代表队争夺冠亚军。选



手们连续苦战五局，最终以13:14一球之差惜败，获得亚军，捧回“全国柔力球之乡”优胜奖。在套路组比赛中，福清队获得集体自选套路和规定套路优秀奖。

福清市代表队本次参加“全国柔力球之乡”交流活动，与各地参赛运动员们交流学习、共同进步，在全国舞台上展现了福清市老人的精神风貌，争得荣誉，进一步擦亮“柔力球之乡”品牌，助力福清市老体事业发展。

（刘典进 林云琴）



走出去 强交流 促提升

4月22日,2024“为祖国喝彩 向祖国献礼”全民健身交流大会在广西壮族自治区桂林市刘三姐演艺厅举行。福清市及永泰县老体协均派出队伍参加交流比赛并载誉而归。

本次活动由中国民间体育文化交流促进会、中华中老年文化艺术交流协会主办,盛世中国梦组委会、全民健身联合会承办,吸引了全国各地的16支代表队、600多名太极爱好者参加。

活动现场,福州的两支太极队伍与来自五湖四海的太极爱好者们共聚一堂,同台竞技,展示出太极之美,赢得了在场拳友和观众的阵阵掌声。

经评选,福清市老体协太极代表队展示的42式太极拳及永泰县彩虹太极队展示的《24式太极拳》《太极功夫扇》获金奖,福清市姚盛枝展示的24式简化太极拳和黄少英、陈建华展示的孙氏73式太极拳获太极精英奖。



福清市老体协副秘书长、太极拳剑专委会主任薛青表示,近年来,太极拳剑专委会“走出去,请进来”的举措不仅有效提高了参与者的技能水平,还能将学习交流展示中学到的知识和技能带回到各自的社区、生活圈,进一步传播太极文化,让更多的人积极参与到全民健身运动中来。

(周小扬 张智雄 施平)



4月24日，市直机关西湖柔力球辅导站组织开展庆祝“五一”活动。



共庆五一
致敬劳动者



4月27日，连江县老体协举办“庆五一”中老年人气排球联谊赛。



4月26日，闽清县池园镇老体协举办迎“五一”联欢会。



4月28日，罗源县滨岐社区老体协举办“庆五一”文艺演出。



4月28日，长乐区直机关老体协举办“庆五一”门球友谊赛。



4月30日，福清市老体协举办“庆五一”城区门球轮值赛。

|| 共庆五一 ||



4月30日，永泰县老体协举办欢度“五一”国际劳动节钓鱼比赛。



5月1日，市直机关持杖走队在乌石山举办庆祝“五一”劳动节主题活动。



五一期间，闽侯县老体协白沙分会与白沙湾公益图书馆联合开展“共享阅读 书香圆梦”文艺交流活动。



五一期间，台江区老体协光明港健身辅导站来到国德康养总院，与老年朋友们一同欢度“五一”劳动节。



5月3日，福清市新厝镇老体协舞蹈队举办“庆五一”广场舞展示活动。



5月5日，晋安区晋安湖太极拳活动站举办“多彩太极庆五一”活动。

推广柔力球 培训促提升

四月至五月，福州市老体协先后举办柔力球（竞技）和柔力球（套路）培训班，邀请名师授课，培养骨干人才，提升技术水平，进一步推动柔力球项目在我市的普及。

省老年人柔力球（竞技）巡回培训班（福州站）



4月22日至23日，2024年福建省老年人柔力球（竞技）巡回培训班（福州站）在福州市老体活动中心举办，来自各县市区、市直机关老体协的近40名柔力球骨干参加培训。

培训班由柔力球国家一级教练员章海江任教，市老体协柔力球专委会俞凌静、林文军任助理老师。

市老体协副主席王国晓表示，本次柔力球巡回培训班机会来之不易，希望大家认真学习，跟着章老师和两位助理老师规范动作，提升技术水平，培训后作为各地的“火种”，积极引导广大中老年朋友学习参与柔力球（竞技）运动，争取带出好的队伍，培育好的苗子，推动我市柔力球竞技项目健康发展。

培训中，章老师为学员详细讲解了柔力球竞技基本技术动作和比赛规则以及日常训练方法与技巧等，他不时亲身示范，带领学员们练习动作，讲解要领。学员们认真学习，虚心请教，反复练习，技术水平得到明显提高，顺利获得结业证书。

福州市老年人柔力球《国旗之下》培训班

5月15日至16日，由市老体协主办、市柔力球专委会承办的2024年福州市老年人柔力球单双拍骨干培训班在市老体中心举行，福州市柔力球单双拍套路骨干30多人参加培训。

培训邀请柔力球套路《国旗之下》创编人、中国老体协柔力球专委会技术部成员、国家级教练员、裁判员莫光平老师授课。国家级教练员、裁判员经昕建老师全程参与组织工作。

两天的培训中，莫老师逐一示范套路动作，讲解难点和关键节点，学员们珍惜机会，反复练习，还充分利用课间和午休时间交流体会，积极向老师请教，探讨动作要领等。

学员们表示，本次培训规范了自身技术动作，更提高了技术水平，实实在在学到了本领。今后将继续加强练习，提升技能，积极组织开展活动，引导身边的朋友加入到柔力球运动中来，共同感受健康，享受快乐。



市老体协副主席王国晓到场观看培训并讲话，他赞扬莫老师的敬业精神，并鼓励大家把握机会、认真学习，要解决问题，克服难点，团结前行。

两天的培训收获满满，大家感谢市老体协对柔力球项目的支持和厚爱，表示回去后将努力训练、带好队伍，积极普及，努力推动柔力球项目在我市的发展。
(经昕建)



连江县老体协召开 纪念建协 40 周年暨 2024 年工作会议

4月26日，连江县老体协在县文体旅局会议室召开纪念建协40周年暨2024年工作会议。各乡镇分管领导、老体协常务副主席，县协委员共60多人出席。

会议传达了福州市老体协工作会议精神，总结了连江县老体协2023年工作并进行2024年工作部署，还表彰了省、市老体协工作先进单位、先进辅导站、先进个人和市级康乐家园等。

县老体协主席林竹在会上强调，2024年各级老体协和辅导站点要围绕庆祝建国75周年和县协建协40周年举办各类主题系列活动，同时做



好康乐家园示范点和辅导站建设工作，重点抓好蓼沿等11个乡镇老体协中心辅导站的完善、提升，力争取得更大进步。
（黄云平）

夯实项目基础 提升运动水平

近期，我市多个县区老体协举办各类老体项目培训，培养骨干人才，提升项目技术水平，希望通过示范作用，扩大群众参与规模，推动各类老体健身项目在我市的普及和发展。



4月23日，鼓楼区老体协在鼓楼区老年活动中心举办第十五套健身球操培训班，由国家级社会体育指导

员陈美华、陈雪华两位老师授课。来自鼓楼区十街镇老体协的40余名操舞骨干参加学习。

培训现场，两位老师详细分解每个动作，耐心讲解动作要领及注意要点，连贯示范整体动作。学员们听得认真，看得专注，练得十分投入。

(游小凤 李海霓 陈榕芳)

4月24日至25日，闽清县老体协举办全县柔力球骨干培训班，由县柔力球协会的三位资深教练授课，培训柔力球推广套路《大路通天向未来》。来自各乡镇的近50名柔力球骨干参加培训。

三位老师对套路动作规范、注意



事项、关键技术等进行了深入浅出的教学，不厌其烦、耐心细致地讲解每个

动作的要领，并反复示范。学员们精神饱满，身体矫健，学习热情高涨。通过两天的培训学习，学员们基本掌握了

《大路通天向未来》柔力球套路的动作要领。

(张景光 朱丹)

5月8日至9日，闽清县老体协在县总工会共享中心举办《42式太极拳》和《42式太极剑》培训班，来自全县各乡镇，城区太极团队的102名太极骨干参加培训。市老体协副主席林坦、王华南到场指导。

培训由金燄老师任教，他从拳理拳法以及每个动作的技术规范要求入手，对每招每式都进行了详细讲解，并带领全体学员进行反复练习、指导。



通过培训，大家对42式太极拳、剑的习练标准和习练要求有了一个更高更深的理解和认识，也进一步体悟到太极文化的智慧和精神内涵。

(张景光 朱丹)



5月16日至17日，连江县老体协在县老体中心综合馆举办健身秧歌《惠女风情》骨干培训班，来自各乡镇辅导站及县健身秧歌专委会的33名

骨干参加培训。

县文体旅局选派县东方红文化艺术中心赵彤等3位老师任教，几位老师认真严谨、不厌其烦地讲解示范每一个动作，学员们勤学苦练，认真好学，在老师和学员的共同努力下，大家基本掌握了全套动作，表示将尽快在基层推广。

(黄云平)

舞动太极风采 展示联动魅力

全国老年人太极拳健身大联动，是中国老体协为贯彻实施全民健身和积极应对人口老龄化国家战略，弘扬中华优秀传统文化，大力推广普及太极拳运动的一项重要活动。福州市各级老体协积极响应，于大联动期间举办各类太极展示活动，推动太极拳在我市的发展。



4月27日，市直机关老体协体育馆站举办庆祝“世界太极日”展示活动。



5月11日，福清市举办2024年全国老年人太极拳健身大联动(福清分会场)暨福清市老年人太极拳(剑)龙高片区交流展示活动。



5月16日，鼓楼区武云太极健身辅导站、仓山区中山堂太极队等参加2024年全国老年人太极拳健身大联动(省直分会场)活动。

虎溪畔地掷球场上演“热辣滚烫”



5月7日，福州市老年人地掷球交流活动在福清市老体活动中心地掷球场的两个比赛场地同时开赛。来自福州市9个县(市)区老体协的80多位老年地掷球精英齐聚一堂，共同见证这场充满活力和激情的交流活动。

福州市老体协常务副主席张涵，副主席高慧萍以及福清市老体协领导方裕开、张忠康、郑坚、梁国华等到场指导并为获奖队伍颁奖。

场上，运动员们以饱满的热情、精湛的技术为观众奉献了一场场精彩的比赛。弯腰、手势、出球，全套动作一气呵成，精准娴熟的“滚靠”，怦然心动的

“滚击”“抛击”，扣人心弦的局势变换，制约与反制约贯穿始终，整个比赛充满趣味性和刺激性。现场观众加油助威声、喝彩声不绝于耳。

经过18场激烈角逐，福清市、长乐区、连江县、闽侯县代表队获优胜奖，福州市直、鼓楼区、晋安区、永泰县、罗源县代表队获优秀奖。

颁奖仪式上，张涵感谢福清市老体协对本次活动的大力支持，感谢裁判员、教练员的辛勤付出，祝贺运动员们精诚团结，圆满地完成了交流任务，收获满满。

(宋国忠 周小扬 吴绍魁)





门球竞技欢乐多 赛场交流幸福长

4月25日，闽侯县热情接待了宝岛台湾来榕参加“海峡两岸”门球交流活动的台北、桃园、新竹、宜兰及南投彰化台中联队等5支门球代表队，并组织县老体协门球队与他们一同切磋球技，交流提升，增进情谊。

活动现场，门球运动员们精神饱满，斗志昂扬，他们挥杆竞技，以球会友，展现出高超的技艺。交流中，大家互相鼓励、互相支持、共同提升，结下



了深厚的友谊，也充分展现出两地老年门球运动员们积极的生活态度和健康向上的精神风貌。

(林岳铿 刘景香 陈俐)

银球飞舞增友谊

5月15日，市直机关老体协、永泰县银发人才库、永泰县老体协联合在永泰县老干部活动中心三楼乒乓球室举办乒乓球友谊赛。领队、教练员、裁判员、运动员共22人参加。

本次比赛采取单打、双打、男女混合双打循环进行。赛场上队员们精神饱满，敢打敢拼，他们挥动球拍、扣球、旋转球、弧线球，发球强攻、大力扣杀，



赢得观众阵阵叫好。紧张激烈的角逐过后，市直机关队取得胜利。

(张智雄 张磊)

杖友齐聚 走出精彩



5月19日，晋安区老体协及市老体协持杖健走专委会在市体育运动学校田径场举办2024年持杖健走邀请赛，共有来自各县市区、市直机关的7支队伍参加。

比赛设4*400米接力、5公里越野两项，49名选手克服初夏高温带来的不利影响，顽强拼搏，队员之间相互鼓励，快步前行，顺利完成全部赛程。

经过两个小时的比赛，晋安、市直机关、鼓楼代表队获得团体总分前三名。市老体协副主席、持杖健走专委会主任王培德，晋安区老体协主席黄玲、常务副主席王丽玲为获奖队颁奖。

(王丽玲)



群英舞台竞风流 方显耕耘硕果丰

5月9日，罗源县老体协在县九大中心大礼堂举办成立四十周年文体晚会。市老体协领导王聪深、薛海玲、陈明建、高慧萍，罗源县委常委徐忠琼、县委常委组织部长郑锦峰、县人大常委会副主任黄翠、县人民政府副县长钟凤金、县政协副主席于贤杰以及县老体协班子成员，县文体旅局局长黄宝忠，各乡镇老体协（教协老体协）分管领导和老体协主席、总辅导员等到场观看演出。

大合唱《祖国不会忘记》拉开了晚会的序幕，接着，先后上演了广场舞、民族舞蹈、歌伴舞、走秀以及28式太极拳、筋骨拉伸操、柔力球、手杖操、气



功、太极剑扇组合等18个精彩纷呈的节目，博得场上阵阵掌声。

这场晚会既为广大会员提供了展示风采的舞台，也是对老年体育工作的一次大检阅，晚会的成功充分展示了老年体育工作者积极向上的精神风貌，展现了广大演员非凡的表现力和绰约的风采。罗源老年体育工作者40年的付出，40年的耕耘收获满满。

(郑信光)





秧歌舞人生 靓丽风景线

今年是仓山区老体协健身秧歌舞队成立十周年。

十年间，从最初的几人小队，到如今的数十人团队，健身秧歌舞队在陈梅慧队长带领下，始终坚持每周训练。最初她们还要到处找场地，后来，区老体协安排舞蹈队每周五、六上午在区老体协一楼多功能厅训练，有了场地，大家的热情更加高涨。她们还积极参加各类比赛和演出，在省、市健身秧歌交流活动中取得了优异的成绩。

十年间，舞蹈队经常配合老体协和社区开展精神文明实践，以独特的舞蹈风格，深入镇街社区，为居民们带来精彩的表演，也为社区的老人和孩子们提供免费的健身秧歌教学。他们的身影遍布在仓山区的各个角落，用



优美的舞姿传递着对生活的热爱和对健康的追求。

十年的时间，对于一支舞蹈队来说，是漫长而又充满挑战的。秧歌舞队的队员们却以无比的热情和毅力坚持了下来，以行动践行了坚持与热爱的力量，她们成为了老体协和社区的骄傲。她们的故事激励着每一个老体协会员，只要带着坚持和热爱不断努力，就能实现自己的梦想，让自己的晚年生活更加丰富多彩。

(黄光铃)



4月23日，仓山区老体协辅导总站组织太极队员们开展文旅踏青活动。



5月4日，台江区老体协等多部门举办《奋进吧！青春》纪念“五四”运动主题文艺展演。



5月4日，市直机关老体协有氧操专委会（白马晨韵站）举办十周年队庆活动。



4月25日，福清市江镜镇老体协开展太极下基层活动。



5月5日晚，罗源县凤山镇老体协岐阳新村活动站举办“银龄心向党”暨新村活动站建站25周年文艺晚会。



5月5日,晋安区老体协和福州铁路分局老体协联合举办门球邀请赛。



5月12日,连江县老体协时代广场太极拳辅导站在马尾区白眉乡牛项山举办庆祝建站二周年活动。



5月8日,福清市玉屏街道老体协举办防诈骗讲座。



5月14日,长乐区地掷球轮值赛在区老年人体育健身基地二连片地掷球场举行。



5月10日,鼓楼区洪山镇锦江社区老体协举办“健康同行”健步行。



5月19日,马尾老体协船政社区辅导站《古韵潮风》服装秀节目亮相船政国潮游园活动。



气排球点燃老年人的“激情岁月”

编辑委员会

主任：薛海玲

副主任：陈明建

执行主任：卢湘玉

策划：刘明辉

编辑：朱斌

封面摄影：卢湘玉

编印单位：福州市老年人体育协会

印刷单位：福州麟造印刷有限公司

印刷日期：2024年6月10日

编辑部

地址：福州市鼓楼区海潮路51号

福州市老年人体育活动中心

邮编：350001

电话：0591-22030035

传真：0591-22030032

投稿邮箱：fzs1tx2020@163.com

发送对象：福州市各级老体协

印刷数量：1300册