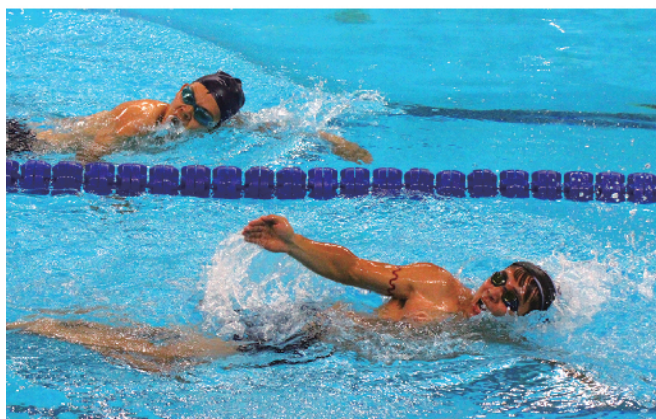




比赛中展现职工别样地拼搏



一位职工已经领先了



一声令下女职工们争先恐后的下水了

城建职工 室内冬泳趣

对于建筑职工来说，体会最深的就是大汗淋漓，就算是在寒冷的冬季，工程现场的职工们也是干的热火朝天，满头大汗赶走了严寒……职工正是用汗水浇筑了一幢幢高楼大厦，为了让职工在空闲中享受生活乐趣。北京城建集团专门举办了“城建设计杯”职工游泳比赛，让职工体验水的另一种情感。

这是一场比赛，职工们在游泳池里挥动着自己的手臂，拼命往前游；这也是一次与水的亲密接触。“我喜欢游泳，喜欢水里的感觉，让每一个毛孔都喝得饱饱。”戴着泳镜刚从水中冒出头来的职工笑着说。

蛙泳、蝶泳、自由泳……尽管职工们并不是专业人士，但动作却都很标准。“在水里的感觉特别好，游泳是克服水的阻力而不是克服重力，肌肉和关节不易受伤。同时，由于水的作用使肢体血液易于回流心脏，使心率加快。长期游泳会使心脏运动性增大，收缩有力。平时有空就会约几个朋友一块儿游，游完了整个身体都放松多了。”正在做准备的张师傅说，看来张师傅跟游泳是“老朋友”了，把游泳的好处摸得一清二楚。

正是因为职工们喜欢这项运动，工会就为职工举办了这场水中盛宴，满足职工工作之外的情趣需求，让职工的心情尽情的在水里绽放。

本报记者 杨琳琳 文/摄

西城职工 台球馆争锋

12月11日早上8点，位于广外社区服务站地下室的台球活动中心内，早已经聚满了前来参加活动的20多名中青年职工。为了丰富西城区职工们业余文化生活，也为了庆祝即将到来的2015年元旦，西城区台球协会特意组织了本次台球邀请赛。

西城区台球协会自从2002年成立至今，每年在本区都会组织4次大型的台球竞赛活动，根据协会秘书长史占清介绍说：“主要是为了本区的职工能通过台球交朋友，友谊第一，比赛第二，从而将西城区的全民健身文化搞上去。”

前来参赛的选手各个都不是“善茬儿”，几乎每名选手的球龄都在5年以上，很多都带着自己的专属球杆，看起来非常职业，在社区服务中心工作的职工小王拿着自己的球杆说：“使我自己的球杆打球比较顺手，希望能够在比赛中拿到好的名次。”

尽管活动在中午12点结束了，但西城区台球协会的工作并没有终止，根据史会长介绍，明年还要将西城区的台球事业继续向前推进，争取为职工组织更多、更有新意的台球竞赛活动。

本报记者 王卓 文/摄



选手边打球边看着白球的走位



开赛前，西城台球协会会长杨广宏为职工工作动员。



架杆被选手使用的非常自如