

职工体育

首都三千职工秋季健步走

本报讯(记者 白莹)9月26日上午,由北京市总工会、北京市体育局、房山区委、区政府联合主办的“健步121绿色好生活”——2017年首都职工秋季健步走(房山站)活动暨2017年北京市民健康走跑系列活动在房山青龙湖森林公园举行。上午8时,随着发令枪响,3000名职工群众从青龙湖湖滨路出发,沿着环湖步行道行进。



活动期间,主会场同时还开展了健美操舞、民族操舞、花样空竹、健身花棍等健身项目的展演活动,给广大职工们献上一台精彩纷呈的体育健身盛宴。北京市温暖基金会公益捐赠人在启动仪式上宣读倡议书,倡议职工朋友积极参与首都公益活动。在健步走沿途,主办方为大家设置了饮水点和服务区,方便大家饮水和休息。

据了解,为深入推进健步走活动,方便职工随时随地参加健步走,引导职工低碳环保、绿色出行,推进绿色北京建设,市总工会2015年3月自主开发设计了“健步121”手机APP,到现在已运行两年多的时间,吸引了30余万职工下载使用。这款集健步计步、健康资讯等功能于一身的免费健步走软件,设计了“计步软

件、健康管理、健步排名、会员专享、公共晒场、新鲜微讯”六个模块,并逐步开发了符合各级工会使用习惯的“重大活动”等模块,软件内置的“健步走教程”,可以指导职工在步态、步频和呼吸方法等方面合理进行健步走运动。

下一步,市总工会将继续以“健步121”手机APP为载体,采取职工“线上、线下”健步走活动互相配合的形式,在全市工会组织和职工中深入开展健步走活动,并通过不断完善和丰富“健步121”手机APP的服务功能,为全

市广大职工和市民健步走活动提供更多、更好的服务。通过积极参加健步走活动,全市职工在不断提高自身健康水平的同时,也为北京增添更多的蓝天作出贡献。

启动仪式上,市总工会副主席韩世春、房山区委副书记李江分别致辞,劳模代表张进刚向全体职工发出倡议,号召大家绿色出行,京汉单亲母亲爱心基金发起人赵四海宣读了职工公益活动倡议书。市总工会、市体育局、房山区委、区政府等相关领导共同为活动发令鸣枪。

本报记者 孙妍/摄

赛事推荐

上港迎来“外战”

亚冠半决赛
上海上港VS浦和红钻
9月27日20:00

□本报记者 段西元

今晚亚冠半决赛迎来首回合比赛,上海上港将在主场对垒浦和红钻。前两轮淘汰赛,上港队分别击败江苏队和恒大队,踏着中超“兄弟”的身躯进入半决赛。此战浦和是上港淘汰赛阶段的首次“外战”,上港队也要为中超联赛的荣誉而战。

上港俱乐部在赛前发布了海报——向梦想冲刺!这表达了上港队对于亚冠半决赛极强的自信。这是历史上中日球队第三次在亚冠半决赛相遇,前两次恒大队都战胜了日本球队,这次要看看上港队的表现。上赛季首次参加亚冠的上港队,在第一轮淘汰赛中就遇到了日本球队东京FC,上港队依靠客场进球多涉险晋级。虽然是一支新军,但最近两个赛季连续晋级亚冠淘汰赛,上港队不能算是亚冠的“菜鸟”。

对于上港队来说,浦和队并不是一个陌生的对手,因为两支球隊曾在小组赛中相遇。小组赛上港队在主场3:2险胜浦和红钻,那场比赛上港队一度3:0领先,但是浦和队非常顽强连追两球,如果不是最后时刻浦和队罚下一个人,上港队甚至有可能遭到逆转。小组赛客场的比赛,上港队

0:1输给了浦和队。如果套用小组赛的比赛结果,上港队会因为客场进球数少被“淘汰”。上港队此战最大的损失是主力门将颜骏凌的停赛,本赛季上港队能在三线保持强势,颜骏凌的高接低挡功不可没,如果没有颜骏凌,上港队会少得很多积分。除了颜骏凌停赛,主力后卫王燦超此战也因为停赛坐壁上观,防线两大主力缺阵,上港本就不太强大的防守能不能顶住浦和队的进攻是个疑问。主场比赛上港队需要打进更多进球,同时也要尽量力保球门少丢球甚至不丢球,要知道先主后客的赛程并不是很有利。

好在上港队的对手浦和红钻目前的战绩并不理想,最近三场比赛他们都没有取得胜利,在J联赛中仅列中游。浦和队的头号前锋席尔瓦因伤很可能无法在这场比赛中登场,这对他们的攻击力有很大的影响。与上港队攻强守弱相比,浦和队在攻防两端都存在着比较严重的问题,与小组赛时相比,他们的阵容完整度和状态都有很大下降。在两队防线都有隐患的情况下,进攻质量也许将决定这场比赛的走势。

关爱职工·工会特享

2018年亲子年票感恩回馈劳动午报读者

2017-2018 北京亲子年票京津冀跨年版

2017年至2018年亲子年票对家庭有着举足轻重的重要地位,如果判断此年票的好坏,那看含金量,亲子年票总减免100多个景区价值1万多元,超长有效期。

给大家推荐几个给力的场馆,以下场馆凭亲子年票全部免费入园:

 特别推荐 欢乐水魔方水上乐园 230元	 特别推荐 水立方嬉水乐园 260元
 特别推荐 祁西兰岛海豚世界 150元	 特别推荐 欢乐谷-金面王期 180元
 特别推荐 幻贝家(芬兰主题乐园) 180元	 特别推荐 绿岛游乐园 205元
 特别推荐 疯狂的麦兜 240元	 特别推荐 KOKOMA(凯马)游乐园 180元

还有更多孩子们的最爱玩的地方,就不一一详说,更多好玩的请关注我们手册和微信公众号。




北京亲子年票
2017-2018 京津冀跨年版
《使用手册》
¥198
畅玩京津冀
一年半有效期

亲子年票由中国关心下一代工作委员会事业发展中心主办的、以倡导亲子互动,增进家庭和谐为目的的《2017-2018北京亲子年票京津冀跨年版》不负众望,今起在北京正式预售。

自上一套《2016-2017北京亲子年票京津冀跨年版》发行以来,在北京市民间已是有口皆碑,并被诸多用户誉为“亲子出行-遛娃神器”。新老用户平分秋色。从用户坚定的购买行为可以反映出亲子家庭信任权威、注重出行质量的特性,关爱职工从关心职工家庭亲子生活做起。

电话: 010-56206157 010-56019305
工会特享专线: 139 1135 7070 137 0128 4120