



北京燕山石化公司代表队获得自编工间操比赛冠军

## 职工健身操，真靓！

□本报记者 余翠平/文 陈艺/摄



看台上的参赛队员为赛场上的队员加油呐喊

清风吹拂，秋阳明媚，赛场上职工们精神抖擞，英姿勃发。“这次大家跳得都太棒了！活泼、热情，充满朝气，没想到最后还获得了自编健身操冠军，真的太好了！我们都非常开心！”燕山石化公司李佳笑着对记者说。

为进一步普及健身操舞（自编工间操）运动，促使职工养成健康生活方式，9月17日，由北京市总工会联合北京市体育局主办，由北京职工体育服务中心、房山区健美健身运动协会承办的“中国梦·劳动美——喜迎二十大 建功新时代”2022年首都职工健身操舞（自编工间操）系列比赛活动在燕山石化体育运动中心开幕。经过层层筛选，最终有11支代表队参赛。

李佳所在的燕山石化公司共有14名职工参加了2022年首都职工健身操（自编工间操）系列比赛。“参赛的这14名职工都没什么专业基础，我们排练了一个多月，一点点规范每名职工的健身操动作。中秋节的时候，大家都牺牲了休息时间一起合练。说实话，大家一个动作一个动作练习，很辛苦，但是我们在排练健身操的过程中，感觉很快乐，每次练完都很轻松。”李佳笑着跟记者分享。

“这次我们拿到了自编健身操冠军，荣誉很珍贵，参赛的经历让大家更难忘。”平谷区总



各代表队从方队入场就展开竞争

工会舞蹈协会会长康淑存激动地告诉记者。这次平谷区总工会代表队带着蒙古族舞蹈《永远的赞歌》来参加自编健身比赛，康淑存是编舞兼指导老师，“党的二十大就要召开了，我们选择了这支磅礴大气、铿锵有力的蒙古族舞蹈表达真诚的祝福。在排练的时候，大家脸上都带着笑，带着对党、对祖国的祝福的微笑。虽然规范动作比较辛苦，队形变化也比较多，但是在跳舞的过程中，大家的心情是愉快的，这种比赛的经历让职工们非常兴奋。赛场上，大家表现非常出

色。”康淑存告诉记者。

在严格遵守防疫要求的前提下，赛场上，参赛各代表队用出色的表现充分展示了首都职工“喜迎二十大 建功新时代”的坚定信念和喜悦心情。“这次活动为广大职工提供了展示运动风采和精神风貌的舞台，提高了广大职工健身的积极性，让我们在健身操舞运动中感受快乐，强身健体，享受美好生活。希望工会以后多举办这样的活动。”来自北京建工新材料公司参赛选手李秀梅的话，道出了所有参赛职工的心声。



舞蹈老师对平谷区总工会代表队员进行赛前指导



北京建工集团代表队的自编工间操将杂技元素编排进去