

百名首都职工 展示瑜伽之美

本报讯(记者 段西元)由北京职工体育服务中心主办,北京市房山区健美健身运动协会承办的“奋进新时代·劳动创未来”2023年首都职工健身瑜伽展示活动近日在望京爱慕大厦举办,来自全市各区的100名首都职工瑜伽爱好者参与了展示活动。

健身瑜伽注重身体的静态控制和肌肉伸展,舒缓之余不失对肌肉延展性和耐力的提升,适合各年龄段的人群训练,是一种对身体有益且升华舒缓心境的运动。

本次活动分为男子组、女子组、团体组三项,既展示了单人的运动能力,也体现了团体组合

的默契配合。参与活动的选手既有习练多年的高水平选手,也有初学不久、充满热情的新人。在活动现场,瑜伽选手们互相切磋,尽展瑜伽之美。

值得一提的是,本次活动的颁奖仪式有所创新,除了为获奖选手颁发荣誉,还为未能获奖但勇于参与的选手颁发优秀奖以示



鼓励,旨在引导更多职工通过简便易行的方式参与到瑜伽锻炼当中。此外,本次活动仅开放100

个报名名额,在报名开始后两日名额就已报满,瑜伽的魅力可见一斑。

先农坛举办农耕体验季活动

本报讯(记者 盛丽)近日,北京古代建筑博物馆举办了“2023先农坛一亩三分地农耕体验季”春播活动。今年的春播活动通过科技赋能,将线下体验与线上直播相结合,将文化传播与农耕体验相结合。活动通过观礼、亲耕、赶集、打卡等,让参与者体验农耕的快乐。

活动中,开秧门及插秧体验

是最具吸引力和互动性的环节。嘉宾在古老的先农坛内亲身体验水稻插秧,体味农民劳作的艰辛,感受北京中轴文化。同时,活动的第二现场通过远程直播的形式,让观众了解大江南北春耕忙碌景象。在亲耕体验环节后,本次农耕体验活动还特邀农业专家向观众普及五谷知识。

据了解,今年农耕体验活动

秉承科技赋能传统文化的理念,首次在活动中开发了“一亩三分地”数字农耕游戏和数字打卡互动游览形式。嘉宾边了解景点文化,边打卡收集数字徽章,成为北京先农坛对数字文创的新尝试。未来,北京先农坛将紧跟数字时代步伐,以新形式全方位、多元化地挖掘、传播先农坛的历史文化及农业文化内涵。

千余首都高校学子田径场上竞技

本报讯(记者 任洁)首都高等学校第61届学生田径运动会近日在北京体育大学英东田径场开幕。本届运动会为期4天,来自首都72所高校的1617名运动员将在115个田径项目中展开激烈角逐。

记者从市教委获悉,本届运动会是近年来参赛报名人数最多

的一届,全面展示新时期首都高等学校体育工作和素质教育取得的新成绩,集中体现青少年在体育运动中自信自强、顽强拼搏的积极形象。

作为全国第一届学生(青年)运动会高校田径项目的选拔赛,比赛中选拔出的运动员将代表北京出征今年11月在广西举办

的全国第一届学生(青年)运动会。

在开幕式上,北京体育大学艺术团带来《新时代 新青年》主题成果汇报演出,通过红旗方阵、舞龙舞狮、太极长拳等体育演示,彰显体育红色基因和传统文化底蕴,抒发继往开来、奋发有为的昂扬斗志。



首届北京腰旗橄榄球公开赛开赛

首届北京腰旗橄榄球公开赛近日在大兴区聚加球场开赛。本次公开赛竞赛项目为5人制腰旗橄榄球,设男子组、女子组、混合组三个组别,共有34支球队近500名运动员参赛。

本报记者 彭程 摄影报道

2023年北京市《国家体育锻炼标准》测试赛举行

2023年《国家体育锻炼标准》测试赛近日在天坛体育活动中心举行,在两天的时间里,来自全市1700余人报名参加8个测试项目的比赛。比赛现场还设立了投篮机、VR体验、足球九宫格、飞盘九宫格、迷你高尔夫等5项体验项目。

本报记者 彭程 摄影报道



首届“北京朝阳国际茶香文化节”启动

茶器茶具展示、茗茶体验、茶事雅集、宋式点茶、围炉煮茶……首届“北京朝阳国际茶香文化节”近日启动,众多“茶+”活动在北京郡王府及亮马河沿岸亮相。

本报记者 孙艳 彭程 摄影报道



第二届“圆明园讲述人”活动启动

第二届“圆明园讲述人”活动近日在圆明园遗址公园正式启动。本届圆明园讲述人活动全面升级为面向社会,特别是面向青少年开展的融文化遗产讲述、研学实践和国际传播为一体的综合性项目。活动包含“圆明园最美讲述人”短视频征集、圆明园讲述人训练营、“这,就是圆明园”文化坊和“带着圆明园走向世界”国际行四大版块。

本报记者 边磊 于佳 摄影报道

北京推介10条博物馆研学线路

本报讯(记者 盛丽)截至2022年底,北京备案博物馆达215家,初步形成门类丰富、特色鲜明、展陈丰富的城市博物馆体系,成为广大观众和游客的重要旅游目的地。北京市文物局近日发布根据北京地区博物馆特色设计推介的10条博物馆研学线路。

10条博物馆研学线路包括:“中轴线上的博物馆”线路、“北京人和城市的起源”线路、

“古代庙宇中的博物馆”线路等3条古都文化主题研学线路,“中国共产党早期北京革命活动主题博物馆”线路、“抗日战争主题博物馆”线路、“进京赶考路上的博物馆”线路等3条红色文化主题研学线路,“民俗博物馆”线路等2条京味文化主题研学线路,“行业博物馆”线路、“科技博物馆”线路等2条创新文化主题研学线路。