



铜仁市第七届老年人运动会开幕式精彩纷呈

市融媒体中心记者 杨娟 冉文锋 文/图

3月30日,铜仁市第七届老年人运动会在石阡县开幕。

开幕式上,老年运动员精神矍铄,迈着稳健而有力的步伐入场,充分地展示了老年朋友积极向上、充满活力的精神风貌。在庄严的氛围中,全体人员起立奏唱《中华人民共和国国歌》。在运动员代表、裁判员代表宣誓后,现场进行了文艺表演。

随后,还进行了健身球操、太极拳(剑)、气排球等项目的比赛。这些项目不仅考验着老年人的身体素质,更展现了他们的技巧与智慧。健身球操作为一项有氧运动,通过音乐和肢体的运动调节人体、健康身心,深受中老年人的喜爱。太极拳(剑)则以其独特的韵味和健身效果,成为老年人喜爱的传统体育项目之一。气排球比赛则展现了老年人的

团队精神和竞技风采。

“太极拳作为中华民族的传统武术项目,不仅蕴含着深厚的文化底蕴,更是一种修身养性、强身健体的好方式。我们老年人通过练习太极拳,不仅锻炼身体,还能陶冶情操,这是一项非常适合老年人的运动项目。”参加太极拳(剑)比赛的运动员李久福说道。

据了解,本次活动由市人民政府主

办,市文体广电旅游局、市民政局、市老年人体育协会和石阡、碧江、德江、沿河、玉屏等区县人民政府共同承办。旨在弘扬敬老爱老的传统美德,让老人老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安,安享幸福晚年。

