

日照市区活跃着 20 余支业余足球队

闲暇踢球，锻炼身体又交友

文/片 本报记者 司路清

每到周末,有这样一群人,他们邀朋结伴,找块足球场,划分阵营后,一场挥汗如雨的足球比赛就此拉开序幕。

近日,由日照足球爱好者自发组织的“贺岁杯”足球赛在山东体育学院举行,记者见证了日照业余足球的火热,也感受到了足球带给这些人的快乐。但由于场地、资金等条件的限制,业余足球的发展也受到制约。

通过比赛认识朋友

据了解,现在日照市区有20余支业余足球队,每支队伍大概有25人。这群人当中,有机关事业单位的工作人员,有企业员工,也有在校学生……他们因为爱好足球而走到一起,组成了一支支球队。也正是这群人,在推动着日照业余足球的发展。

“2000年,本着对足球的爱好,我们单位联合其他单位共同创建了‘竞技十一人’足球

队。”日照市住建委的足球爱好者潘先生说,“现在每周六,我们都会约其他球队踢一场比赛,平时坐办公室,身体很难得到锻炼,趁周末和球队的朋友一起踢个足球,不仅能锻炼身体还能增加感情交流,也让我们足球爱好者在球场上过把瘾。”

“今年,我们已经参加了两

次足球协会举办的比赛,一次是足球联赛,另一次是足协杯。”潘先生说,“这次元旦期间,我们组织了六支业余球队举办了‘贺岁杯’足球赛。”

学习其他城市经验

据介绍,“贺岁杯”足球赛由潘先生和山东体育学院的大三学生小高共同组织。“为了方便相约比赛,我们专门成立了‘日照市足球队约球QQ群’。”小高说,

“这里面有来自日照多个业余球队的队长,我们可以在群里约好每周的比赛地点、时间,也有了更多的机会讨论、交流足球。”

“青岛算是中国的足球城,足球氛围比日照要好很多,虽然日照的业余足球水平无法与青岛相比,但

是我们也想通过多组织比赛,从中总结经验,找出好的东西,以此提升球队的实力,让我们的业余足球比赛更加精彩,规模也更大更好。”小高说。2013年,日照足球协会计划在春季组织一项7人制或11人制足球联赛,并在夏季组织一项“中国(日照)沙滩足球争霸赛”。

资金是发展瓶颈

“目前,日照符合正式比赛的足球运动场地并不多,且都分布在各学校内,由于建造场地的费用比较高,学校怕影响教学,都不太愿意承接比赛项目,还是希望市里能规划建设一个足球场,让日照的足球爱好者有更多的场所可以选择。”日照市足球协会的负责人说。

据该负责人介绍,组织足球赛还存在赛事赞助问题。“资金是制约我们足球运动发展的一个主要瓶颈,像比赛的社会赞助、冠名等筹集资金比较困难,愿意赞助的企业或者个人相对有限。”

“但是,为了日照的足球爱好者,我们也会尽力多拉赞助,多组织球赛,让更多的爱好者加入我们,让日照的足球得以发展。”该负责人说。

保健小贴士

冬季踢球 要注意保护身体

由于冬季气温比较低,血管收缩,肌肉和韧带也比较紧,踢球发力时,很容易造成肌肉拉伤。所以冬季在室外踢球一定要做好防范措施。

首先要做好充分的热身活动,使肌肉、关节活动开,使体内器官进入状态,避免着凉。可以适当穿得暖和些,戴上帽子和手套,如果风太大,要戴上口罩。但也不要穿得太厚、太臃肿,以免妨碍正常的运动。

与夏季踢球穿短袖不同,冬季踢球最好不要把皮肤暴露在外面,特别是一些人体的重要部位。颈椎对于人来说是一个很重要的部位,气温低会对颈椎造成很大的损伤,所以在冬季的时候一定要穿上高领上衣来保护脖子,或者脖子裹一件脖套。这也是大家很容易忽视的一个问题。

冬天冷空气可谓是无孔不入,所以冬季踢球的时候要尽量穿上紧身裤,这样裤子紧紧地裹住腿可以防止冷空气进入裤腿内,需要注意的是,穿的紧身裤弹性一定要好,因为足球主要是下肢活动,而且下肢活动的幅度会很大,如果紧身裤的弹性不好,会影响运动的效果。同时紧身裤会减少肌肉抖动,避免或降低肌肉拉伤的概率,在铲球等情况下还能保护皮肤避免磨伤。

编辑:彭彦伟 组版:马梅玉



每周,日照业余足球队都会相约踢球赛。

威志V5 ISS智能节油型 惠民上市

迎新春 夏利N5全系 直降5000元, 38900元起



另有威志V5新春特供版 高配置 低价格
¥49900元起

试驾礼:
活动期间到店试驾威志V5即赠惊喜礼品
惠民礼:
威志V5全系车型享受惠民3000元
购车礼:
活动期间购威志V5即送500元加油卡

诚聘 销售顾问、外勤主管、机修工、机修学徒工,待遇优,交五险,有从业经验者优先,联系人:孙经理,电话:13863303969

天津一汽日照腾达4S店

地址:日照奎山汽贸城204国道东侧(一汽奥迪东邻)
销售热线: 0633-8271068
服务热线: 0633-8221769
莒县店销售热线: 0633-6261688
五莲店销售热线: 0633-5882058



天津一汽夏利汽车股份有限公司 客户服务中心电话: 400-651-6000 未开通400地区请拨打: 022-68130968 传真: 022-68373200 邮箱: xsg@faw.com.cn 网址: www.faw.com.cn

五莲山滑雪场 开业啦!

五莲山滑雪场位于五莲山风景区西北侧,北临334省道,西邻五莲山与九仙山的交通要道五莲山中路,北侧是白鹤湖水上娱乐所。占地面积15.55公顷,分为高级道、中级道、初级道、滑圈、5D影院、鸟艺表演、餐厅等休闲娱乐项目,是冬季旅游休闲的美好乐园。

今年冬天哪里玩? 五莲山滑雪去



地址:五莲山中路(飞天宾馆北、334省道南)
雪场电话(传真): 0633-5518777