

围甲联赛景芝客场胜辽宁

夺回探花之席,还要全力冲刺

本报讯(记者 许恺玲 实习 生 万汶柳) 11日,2014“金立智能手机杯”全国围棋甲级联赛第20轮战罢。本报山东景芝酒业队客场对阵辽宁队,全取三分,重回积分榜第三位。

在9日刚刚结束第19轮的比赛后,主场赢得胜利的山东队马

不停蹄奔赴辽宁葫芦岛。虽然辽宁队的排名远在山东队之后,然而在今年的第九轮比赛中却让辽宁占了先机。加之联赛已近尾声,从第二名降至第五名的山东队算是憋着一股劲,用江维杰的话来说就是“要尽力为山东队赢得最好的名次”。种种因素交织

在一起,鲁辽大战可说承载了山东将士满满的胜负欲,而结果自然也不负众望。

本场比赛,山东队三位主力队员发挥出色。江维杰坐镇主将台,保持了一贯的良好状态,轻松赢下了与孟泰龄的对局,主教练曹大元也称赞小江的胜利是

“稳定军心”的。范廷钰在与实力小将黄云嵩的对阵中,一开始还比较混乱,后半盘战况激烈,最终小范还是咬住了劲,拿下这一盘棋。周睿羊与谢尔豪最初也是咬得很紧,但小羊的实力毕竟摆在那里,中后半盘稳扎稳打渐渐奠定优势,赢下了对局。

本轮过后,除了早已锁定冠军的大连队,积分榜上从第二位到第七位,积分都咬得很紧,亚军争夺战愈加激烈。联赛只剩下两轮,各队都必将奋力一搏。“棋局正在收官”,谁将最后捍卫自己的荣誉?好戏即将上演。

每日行万步,是我健康路



我的健身故事

主办:山东体育记协 齐鲁晚报

程爱灵

有人说,五十岁前人找病,五十岁后病找人。我今年是五十九岁的老太婆了,不仅不见病魔来找,到医院查体找病,却诊断为:身强体壮,精力充沛。我赶集上店,买粮买菜,下厨做饭,锅碗瓢盆的曲子演奏得轻松协调……别人问我:“你缘何这么健康?”答曰:“每天行万步,是我健康路。”

“生命在于运动”之理尽人皆知,对我这已步入晚景之人当如何运动?我思来想去,选择了步行,且每天必定行够万步。步行简单易为,无需什么投资,但需锲而不舍,始终坚持,并达到适宜的量和质方能收到预期的效果。我所说的“量”,就是每天

行万步,缺一不可,我是数着数步行;我所说的“质”,就是步行要快慢适中,既不过累,又有适宜的力度,以起到锻炼的作用,再就是要选择阳光充足、空气清新、环境幽雅之处所,因为此种处所能使身心皆受益,当然,如遇恶劣天气就只好在室内进行。

日行万步的健康之路,我已整整走过了六年,深感日行万步之益处:它能消除肢体酸痛,保持身体灵活,减轻体重,增强体质,怡神益智……一言以蔽之:它能给人以身心健康!看来,我的健康之路是选择对了。

即日起,读者可以继续参与征文活动,征文要求:以第一人称撰写参加健身锻炼的故事,字数不超过1000字。征文作品注明“参与‘我的健身故事’征文活动”,发送至邮箱 zwwqwbty@163.com,截止日期为11月30日。届时本报编辑部将对优秀篇目予以奖励。



11月10日,在2014-2015赛季NBA常规赛中,克里夫兰骑士队主场以118:111战胜新奥尔良鹈鹕队。图为骑士队球员詹姆斯(左)在比赛中运球。 新华社发

李宗伟被暂时禁赛

新华社吉隆坡11月11日体育专电(记者 赵博超) 世界羽联11日在其官方网站上发布声明说,马来西亚运动员李宗伟因为“明显违反反兴奋剂条例”,已被该组织暂时禁赛。

声明说,此举是因为他们在8月份的世界锦标赛检测样本中,发现了对他不利的化验结果。世界羽联已经将此事交给世界羽联兴奋剂听证小组处理,该小组的主席将适时安排听证的时间、日期和地点,并且该小组将决定这名运动员是否违反了反兴奋剂条例。

马羽协8日在吉隆坡举行的新闻发布会上宣布,该国一名羽毛球选手的B瓶样本尿检结果显示禁药地塞米松的存在,但并未公开此运动员(实际上就是李宗伟)的姓名。

山东省高等学校学生教育与管理研究会B4804354-4组织机构代码证IC卡丢失声明作废。

为全省150所中小学捐赠300万元体育器材和图书

“公益体彩 快乐校园”活动开始报名了!

公益体彩,让孩子们享受阳光体育、放飞快乐梦想。日前,由山东省体育局、共青团山东省委主办,山东省体育彩票管理中心、山东省希望工程办公室、大众网联合承办的“公益体彩 快乐校园”活动正式启动,将在全省遴选150所中小学,免费捐赠总价值300万元的体育器材和图书,欢迎各地中小学踊跃报名参与。

捐赠150所学校

36种器材任意选

本次活动将在全省范围内选择150所中小学,每所获赠学校将获赠价值2万元的体育器材和图书,包括篮球架、篮球、足球门、足球网、足球、排球柱、排球网、排球、羽毛球柱、羽毛球网、羽毛球拍、羽毛球、乒乓球台、乒乓球挡网、乒乓球、跳高架、跳高海绵包、山羊、体操垫、大毽子、跳绳、呼啦圈、拔河绳、铅球、铁饼等36种体育器材,价值16000元。学校可根据情况自行选择器材的种类和数量。另外,还将为每所获赠学校统一标准捐赠价值4000元的课外图书。

公开接受报名

网上填报申请

活动采取网上报名的方式,报名时间为2014年11月5日至2014年12月15日。根据报名细则,凡是



省体育器材和课外图书匮乏的中小学,均可登录山东体彩网(www.sdticai.com)或大众网(www.dzwww.com),点击进入“公益体彩 快乐校园”报名平台进行网上报名申请,并填写相关资料。如果需要更详细了解活动情况,可以拨打活动热线电话0531-82028966进行咨询。

公益体彩倾情、倾力

关爱青少年健康成长

作为社会公益事业的践行者,山东体彩始终把关爱、关注青少年健康成长作为一项重要的社会使

命,随时关注不同青少年群体在成长中遇到的困难和问题,积极履行社会责任,不遗余力地参与,组织开展了诸如沂蒙爱心助学、快乐操场、关爱残疾儿童等数百场公益活动,共资助公益资金近1000万元,为我省青少年健康茁壮成长做出了积极贡献。此次“公益体彩 快乐校园”活动,是山东体彩回报社会、履行公益责任的又一次具体体现,是前两年“公益体彩 快乐操场”活动的升级,共将有300多所中小学因此受益。

近年来,山东体彩已筹集了140多亿元公益金,广泛用于扶贫助学、济困赈灾、全民健身、奥运争光、补充社会保障基金,青少年学

生校外活动场所建设和维护,残疾人事业,农村和城镇医疗救助基金等社会公益事业的各个领域。

“公益体彩 快乐校园”

活动报名细则

为满足我省中小学更好地开展体育教学和课外文化、体育活动的需要,改善中小学体育文化教育条件,给学生们提供良好的体育锻炼设施和成长环境,帮助他们健康快乐地成长,提高综合素质,由山东省体育局、共青团山东省委主办,山东省体育彩票管理中心、山东省希望工程办公室、大众网联合

承办的“公益体彩 快乐校园”活动,将为全省150所体育器材和课外图书匮乏的贫困、革命老区、希望工程等中小学免费捐赠总价值300万元的体育器材和图书,为孩子们倾心打造快乐校园。

报名时间:2014年11月5日至2014年12月15日

报名范围:山东省内体育器材、课外图书匮乏的中小学。曾受到“公益体彩 快乐操场”活动捐赠的学校不再参与本次活动。

报名方式:登录“山东体彩网”(www.sdticai.com)或“大众网”(www.dzwww.com),进入“公益体彩 快乐校园”网上报名平台进行报名。

报名要求:

1. 报名学校需在“公益体彩 快乐校园”网络报名平台按要求完整填写报名资料:学校名称、所属市、学生总人数、班级数量、学校联系方式、学校联系人、学校详细地址、学校基本情况、学校体育器材及课外图书匮乏的详细描述及申请理由、本校所需的器材种类和数量。

2. 报名学校需在“公益体彩 快乐校园”网络报名平台按要求提交学校相关照片。每所学校需上传4张照片:学校大门照片1张、体育器材室照片1张、图书室照片1张(如没有体育器材室或图书室请在备注栏注明)、校园概况照片1张。

3. 学校提交的报名资料及照片必须真实,且符合本次活动要求。获赠学校公布渠道:山东体彩网、齐鲁晚报、大众网

报名咨询电话:0531-82028966 活动详情可登录山东体彩网(www.sdticai.com)或大众网(www.dzwww.com)查询。