

健康跑,一天就报了千余人

报名者有不少是熟面孔



本报菏泽7月16日讯(记者李德领) 由本报和共青团菏泽市委、菏泽广播电视台、牡丹晚

报、菏泽大众网联合主办,安利(中国)日用品有限公司冠名赞助的菏泽市全民健身日公益活动暨2014安利纽崔莱健康跑活动,将于8月9日在菏泽大剧院牡丹广场开跑,目前正在火热报名中,仅一天时间报名人数就超过1000人,其中有一些市民曾经多次参加健康跑活动。

“我已经连续两年参加健康跑活动,早就盼着举办类似的活动,今天看到报纸就前来咨询报名情况。”16日一早,王先生就来到本报编辑部咨询健康跑的事项,并表示今年要带着老伴、儿子儿媳一起参加。

去年10月19日,菏泽市秋季全民健身公益活动暨2013纽崔莱健康跑在牡丹广场举行。

4000余人掀起一场全民健身盛宴,充分感受运动的快乐与激情,享受慢跑的无限乐趣。为增加活动的趣味性和娱乐性,活动现场还设立了“纽崔莱活力派”,为市民们献上了活力、动感的健身操表演、广场舞达人秀表演等活动。

据悉,菏泽市全民健身日公益活动暨2014纽崔莱健康跑从菏泽大剧院牡丹广场出发,途经永昌路、华英路、康庄路、天香路等地,全程2.8公里。活动现场,安利公司还准备了丰富多彩的健身游戏,全方位打造活力派对。届时,将掀起全民健身活动的新热潮。

打一场羽毛球,胳膊疼了4天

本报将邀请专家对市民健康故事、心得进行点评,传递科学健身理念



本报菏泽7月16日讯(记者李德领) 本报推出寻找菏泽健身达人后,深受市民的欢迎,不少市民打电话报名交流自己的健身心得。您想与别人分享您的健身故事吗?您可以通过拨打电话15054655267,发送故事到邮箱qlwbjrhzldl@163.com,关注今日菏泽微信来参与活动。

本报推出寻找菏泽健身达人就是要倡导一种适合自己的健身方式,健身达人们将自己的故事分享后,本报将邀请相关专家进行点评,并提出运动中

的注意事项,以此引导市民养成科学合理的健身意识。

在报名的健身达人中,他们的健身方式可谓五花八门,慢跑、骑自行车、练太极、打篮球等,“由于工作原因,锻炼一直没能坚持过,上周六下午打了一下羽毛球,4天了胳膊还疼,现在都不敢再去打球了,希望能让相关专家提点意见。”李先生说。

“都说女儿是母亲的小棉袄,现在都快成军大衣了,尤其是一到夏天,都不好意思出门。经常去健身房练瑜伽、健身操,但体重只增不减。”市民王女士很苦恼地说,以前曾慢跑,现在改成去健身房锻炼,瑜伽、肚皮舞、健美操等都有练习,但体重根本控制不住,想让专家对她的健身方法提点建议。

互动方式

您可以关注今日菏泽微信,将健身故事和心得以及联系方式(最好带个人生活照片)写在对话框里发送到今日菏泽平台,并及时转发今日菏泽微信推送的健康跑信息。

工作人员会在微信平台上筛选出一些健康故事和心得,对提供者发放由安利(中国)日用品有限公司提供的精美礼品。对于获奖者,本报工作人员会根据您留的联系方式及时和您取得联系。我们还会对一些健康故事和心得在报纸上重点刊登。

本报官方微信添加方法:1,添加朋友→搜号码→输入“今日菏泽”;2,扫描今日菏泽官方微信二维码。

您也可通过拨打电话15054655267,分享您的健身故事、心得,此外也可以将健身故事、心得发送到邮箱qlwbjrhzldl@163.com参与活动。

对于健康跑活动资讯,今日菏泽官方微信、健康跑(菏泽站)互动微博进行实时刊登。



齐鲁晚报今日菏泽官方微信



健康跑(菏泽站)微博

齐鲁晚报联合上海大众菏泽众望4S店 7月20日

走进牡丹源温泉小镇 体验温泉水上世界



上海大众菏泽众望4S店 销售热线:0530-5366488 5951234 24小时服务热线:5336420 地址:菏泽市人民路969号

牡丹源温泉小镇 PEONY SOURCE CHINA ANDONG DINGTAO 天下之中·定陶

生态别墅区·塔尖之地

家家温泉入户 + 外墙干挂石材 + 送私家大庭院(200~300m²)
送地源热泵空调 + 送空间(30~50m²)
ECOLOGICAL VILLA, A FEW PEOPLE HAVE

打个电话改变身份 0530'7397778 2661006

