

淄博地标马拉松，等你来挑战

- “碧桂园杯”2017山东(淄博)首届地标马拉松系列赛(淄博碧桂园站)即将开启
- 分迷你马拉松(12.2公里)和健身跑(6.1公里),按照报名顺序确定选手
- 线上报名:齐鲁晚报《今日淄博》微信公众号、齐鲁壹点,电话:15689308254、13853379605

本报5月8日讯(记者 罗静)“碧桂园杯”2017山东(淄博)首届地标马拉松系列赛(淄博碧桂园站)今起开始报名啦。作为齐鲁晚报创刊30周年的系列庆典活动之一,诚邀500名长跑爱好者5月20日相约孝妇河滨河公园,一起来跑吧!

齐鲁晚报创刊30周年到来之际,齐鲁晚报《今日淄博》联合淄博市体育局、淄博市体育总会、淄博碧桂园共同推出山东(淄博)首届地标马拉松系列赛。

赛事由男子迷你马拉松(12.2公里)、女子迷你马拉松(12.2公里)和健身欢乐跑(6.1公里)组成。迷你马拉松男女组前8名选手以及健身欢乐跑前20名选手均可获得奖励,最高奖励现金1000元。

只要您身体健康、热爱跑步,5月20日(周六),您可带着家人、爱人和孩子,一起相约淄博孝妇河畔,一起来奔跑。

本次活动,齐鲁晚报将与碧桂园合作。碧桂园是一家有社会责任感的知名房企,企业宗旨为“希望社会因我们的存在而变得更加美好”。此次“用心点亮每座城市”的活动主题,旨在倡导全民健身,健康生活,以更积极的姿态去迎接未来的美好生活。



奖励办法:

(一)迷你马拉松项目名次奖:男子组前8名、女子组前8名,现场颁发奖金、奖牌。男女组:冠军:1000元,亚军800元,季军:600元,4至8名:300元。

(二)健身欢乐跑奖励前20

名,冠军:500元,亚军:300元,季军:200元,4至10名:100元,11名至20名奖励奖牌一枚。

(三)在规定时间内(两小时内)完赛的迷你马拉松参加者,凭本人有效号码布领取奖牌。

竞赛规则:

(一)按照中国田径协会审定的最新田径竞赛规则和本届马拉松赛竞赛规程执行。

(二)比赛签到:参赛选手有序入园,在签到处签名确认。

(三)起跑:统一发令,起跑。

(四)比赛计时:迷你马拉松项目不计时,按照到达终点先后

顺序确定名次,迷你马拉松男女各奖励前8名,健身欢乐跑奖励前20名。

(五)补给:饮水站自起点开始每2公里设置一个饮水点。

(六)医疗救护:组委会在起点、终点设立固定医疗站;赛道沿途设立移动医疗服务。

报名条件、报名方式

马拉松是一项高负荷、大强度、长距离的竞技运动,也是一项高风险的竞技项目,对参赛者身体状况有较高的要求。参赛者应身体健康,有长期参加跑步锻炼的基础。要求选手须提供县级或以上医院健康体检报告,或提供近一年内参加半程马拉松以上赛事的有效完赛证书可参赛;体检报告或成绩证书造假者,一经发现立即停止参赛资格。

有以下身体状况者不宜参加比赛:先天性心脏病和风湿性心脏病;高血压和脑血管疾病;心肌炎和其他心脏疾

冠状动脉病和严重心律不齐;血糖过高或过低的糖尿病;比赛日前两周以内患感冒;妊娠;其它不适合运动的疾病。要求参赛选手年龄限16岁以上(2001年当年出生),70岁以下(1947年当年出生)。

本次活动人数上限500人,不拔选,报满即止。其中迷你马拉松300人,健身欢乐跑200人。报名费20元/人。报名方式:线上报名:齐鲁晚报今日淄博微信公众号、齐鲁壹点APP。线下报名联系电话:樊女士15689308254、王女士13853379605。



挂失 高冠华342222198601090052身份证丢失,声明作废。
张强丢失中国财富陶瓷城租赁保证金、水电周转金收据两张,票据号为3231176、7802667,声明作废!

同课异构教研活动



近日,沂源县张家坡镇中心幼儿园开展了“创意美术”同课异构观摩教研活动。

(魏先爱 张金燕)

沂源县实验小学:

开展“善”文化影视教育

近日,沂源县实验小学精选以“善”为主题的系列影片,开展了“观影片,写影评,向善行”教育活动。一周观看一部影片,下一周组织写篇影评,一学期观看十部影片,小学五年观赏百部影片。(徐青)

张店区马尚一中:

开展爱国卫生月活动

马尚一中在4月开展了“爱国卫生月”系列主题活动。通过开展主题班会、知识竞赛等形式宣传,预防春、夏季传染病的发生与流行。利用体育课、大课间开展好阳光体育活动,加强体育锻炼。(孙梦君)

沂源县李家沟小学:

开展阳光体育活动

为保证学生的身体健康,营造“阳光体育、健康快乐”的校园氛围。日前,东里镇李家沟小学开展阳光体育活动。实施“每天坚持锻炼一小时”的现代健康理念,有计划、有组织、有目的地进行体育锻炼。(陈德启)

快乐阅读,放飞梦想



为进一步促进全校师生养成好读书、读好书的习惯,沂源县鲁村中学开展了“快乐阅读,放飞梦想”系列活动。(冯艺霞)

淄川区双沟小学:

推进家校共育创新

为调动家长参与学生教育的积极性,推进家校共育创新。日前,双沟小学搭建起家校共育的新桥梁。明确评价标准、评价方式和规程,让家长亲身参与各学科技能的测试评价。(孔繁东)

桓台县鱼龙中学:

开展读书活动

近日,鱼龙中学贯彻本学期的读书活动要求,成立以校长为组长的读书活动领导小组,制定读书活动计划,广泛征集书源,发动学生积极踊跃地捐书,从而保证读书的数量和质量。(任静)

临淄二中:

消防官兵进课堂

为进一步提升学生的防火意识,近日,临淄公安分局消防中队深入临淄二中班级,为学生上了一堂内容丰富的消防知识课。消防官带领学生学习了基本的防火、报警、逃生常识。(郑军)

最美图书角



近日,沂源县燕崖镇中心小学以“悦读最美·好书同行”读书活动为契机组织开展了寻找“最美图书角”活动。(李彩)

临淄区西单小学:

开展法律进校园活动

为促进学校青少年法制教育和道德教育的深入开展,做好学校学生的教育管理。近期,朱台镇西单小学认真开展了“法律进校园”活动。结合课堂教学学习法律法规知识,举办法制讲座开展法制教育。(贾方军)

张店区铝城一中:

举行校内助学金发放

日前,铝城一中高中部举行了校内助学金发放仪式。本次助学金分为家庭贫困助学金和自强不息奖学金两部分。旨在希望同学们再接再厉,在学业上取得更大的进步。(石小刚)

高青县新徐小学:

五种教育促养成

日前,木李镇新徐小学开展学生行为养成教育,正确引导学生的道德行为,提高学生的道德认识。强化“责任”教育,抓好“秩序”教育,加强“文明礼貌”教育,促使“上进”教育,强调“卫生”教育。(孙军)

增进家园沟通



为让家长更好的了解幼儿在园情况,近日,沂源县悦庄镇中心幼儿园举行了“家园携手,共享教育”家长会。(张静)

桓台县侯庄中学:

开展节约用水活动

为了培养师生节约用水的良好习惯,日前,侯庄中学开展了节约用水,从我做起活动。发出参与节约用水活动的倡议,组织节约用水手抄报评比,举办节约用水专题节目。(吴海镇 张越)

沂源县历山街道办成教:

拓宽居民就业渠道

近日,历山街道办成教的老师带领社区待业人员到“阳光大姐家政服务公司”学习。据悉,成教和家政公司双方建立互助协议,成教老师推荐再就业人员,家政公司负责推荐工作。(刘华 彭传丽)

临淄区皇城二中:

培养学生良好习惯

皇城二中把学生的养成教育当成学校德育工作的重点,抓学生日常行为规范;如物品摆放、服装打扮、跑操等都提出了明确规定。抓班级建设,加强班级自主管理,让学生主动参与、自我管理、自我评价。(许金秀)

张店区铝城一小:

开展幸福课堂活动

日前,铝城一小开展了“幸福课堂,共促成长”课堂教学比武月活动。参赛老师运用多种教学手段,将学校“幸福”理念渗透到教学环节中,注重教学情境的创设、德育渗透和小组合作探究。(孙晓梅)