

跳伞塔,撑起咱的全民健身中心

这是国内最大的全民健身中心,健身的同时还可体质监测

□本报记者 桑海波
□实习生 杨群

作为济南的地标性建筑,跳伞塔即将再现辉煌!目前,以跳伞塔为中心的济南市全民健身中心正在加紧施工建设。该中心集休闲、健身、购物等功能于一体,建成后,将是全国首个体育运动休闲综合区,也是国内最大的全民健身中心。

5日下午,记者在经十路、泉城公园西邻的济南市全民健身中心工地看到,紧靠经十路的主健身场馆,靠近玉函路的休闲购物场所,主体结构已经成形,许多工人正在楼体内外施工作业,几座高空塔吊忙着运送建筑材料。在全民健身中心中央位置,跳伞塔周边打下了许多桩基,地面一些建筑物正在施工中。

据了解,济南市全民健身中心地上建筑物共分为A、B、C三段,其中A段为一个面积24800平方米的主健身场馆,室外为一个面积10000平方米的休闲健身广场。济南市全民健身中心是济南市7个全民健身广场之一,集休闲、健身等功能于一体,是全国首个体育运动休闲综合区,功能十分完备。

伴随着全民健身中心的兴建,济南市的地标性建筑——跳伞塔也将辉煌再现。据了解,这座高60米的跳伞塔建于1956年,于1957年开始使用,上世纪90年代基本弃用,2007年跳伞塔被列为济南市第三批文物保护单位。为了让跳伞塔重获新生,有关部门将对其进行粉刷美化。

施工负责人介绍,新建的全民健身中心将以跳伞塔为中心,整个工程是以跳伞塔为中心呈放射状分布,整体建筑在高度上以跳伞塔为视觉焦点,既体现了建筑场地的历史沿革,也彰显着国防体育到竞技体育再到全民健身浪潮的转变。

据了解,济南市全民健身中心原计划于今年8月中下旬完工,但是中心施工人员透露,由于种种原因,工程的竣工日期将会推迟。具体何时完工,负责施工的有关人士表示不好预测。



5日,济南市全民健身中心正在加紧施工建设,竣工日期尚不确定。记者 邱志强 摄

无影山田家庄健身中心——“藏身”大院的俱乐部

□本报记者 郭静
□实习生 孙丽康

作为济南市七处全民健身中心之一,无影山田家庄健身中心是为数不多已投入使用的健身中心。目前,该健身场所面向普通市民开放,主打羽毛球、乒乓球健身以及各种时尚健身课程。

该中心经理孙勇介绍,目前健身中心面积4000平米,其中羽毛球馆和乒乓球馆就占了2000平方米。鉴于全民健身中心的初衷,他们面向市民以较低费用招收会员,并与社区和公司联合举办羽毛球比赛。

乘电梯至3楼,便到了无影山健身楼层,十五六台跑步机靠窗而立,各种组合训练器摆满了2000平方米的场地。大厅中最有特色的是健身场地中间一棵葱郁的景观树,给人以徜徉自然中的感受。大厅一侧是各种时尚健身厅,可以提供20余种国际时尚健身课程。

妇女儿童活动中心——梦幻般的儿童游乐园

□本报记者 桑海波
□实习生 杨群

来玩耍、来健身、来培训,济南市妇女儿童活动中心是针对妇女、儿童的健身场所,这里不仅有室内外的网球场馆、篮球场、乒乓球场馆等,还有宛若梦幻般的儿童主题乐园。今年8月底前,该全民健身场所将全部完工,届时,所有健身娱乐设施将面向公众开放。

5日上午,记者来到位于英雄山脚下、马鞍山路西侧的济南市妇女儿童活动中心,东侧是一个健身文化广场,提供了文化表演场地,还有极限滑板项目;院中央是安装了各类健身路径的广场,院内绿树成荫,既有移植过来的大树,又有新栽植的翠柏、竹子、蘑菇,喇叭造型的凉亭点缀其间;院南侧是正在施工的新建场馆,以及已经完工的室外健身场馆。

在这些健身娱乐场所中,最具特色的当属儿童主题乐园。记者走入位于新建场馆地下一层的儿童主题乐园,仿佛走入了梦幻般的儿童乐园。在这个占地1600平方米

的乐园,汇集了贝贝乐园、气球房子、阳光沙滩等众多儿童游乐项目;院中央是安装了各类健身路径的广场,院内绿树成荫,既有移植过来的大树,又有新栽植的翠柏、竹子、蘑菇,喇叭造型的凉亭点缀其间;院南侧是正在施工的新建场馆,以及已经完工的室外健身场馆。

在室内网球场馆,新建工程面积为12000平方米,项目总投资2000万元,包括室内网球场、室内羽毛球馆和室外健身场所三部分。中心主任刘育红向记者介绍,整个场馆采取轻钢结构,采光系统采用节能环保的采光带,配备了完善的消防配

套设施,还有室内中央空调、淋浴间等设施,儿童乐园等项目也从安全角度作了充分考虑。目前,整个工程已进入收尾阶段。记者在现场看到,一期工程(网球场)已经完工,二期(羽毛球馆)的主体工程已经完工,现在进行室内装修,屋顶及灯光已经装修好,羽毛球馆的装修主要是铺装地面,先要铺一层木龙骨,然后是运动地板,最后铺设一层塑胶。据了解,整个工程预计将于8月底前完工。

3处市级中心竣工 5处区级中心启用 15分钟健身圈成形

□记者 常新喜
□实习生 史树梅

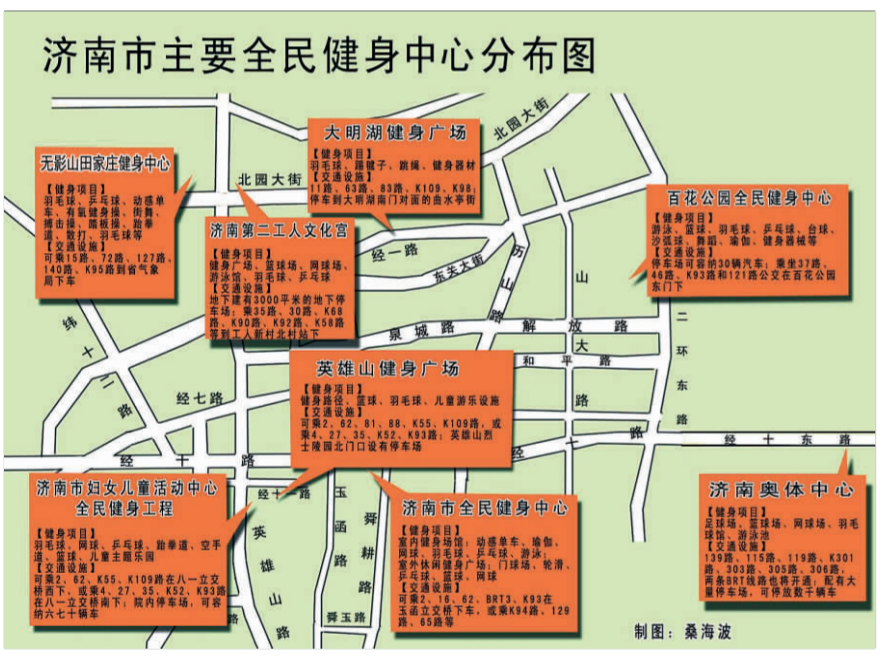
本报8月5日讯 8日是我国首个全民健身日,全国都在普及群众体育,作为十一运主赛场所在地济南,从2007年起启动了全民健身中心建设。目前,7个市级全民健身中心已竣工3个,7处群众健身活动场所所完成6处,区级和社区健身设施也基本建完,主要城区已基本形成“15分钟”健身圈。

5日,记者在大明湖全民健身中心看到,这里的健身路径已建成,健身器材也已安装完毕,但由于大明湖风景区还没开放,这个健身中心也暂时未能启用。在百花公园健身中

心,这里的工程已接近尾声,8月底可基本建成启用。济南市政府有关人士告诉记者,为增加全民健身设施,从2007年11月起,济南市总投资4.9亿元,开始建设7处市级全民健身中心,这七大全民健身中心为:济南市全民健身中心、济南奥体中心健身中心、大明湖全民健身中心、百花公园全民健身中心、第二工人文化宫全民健身中心、无影山田家庄健身中心、济南市妇女儿童活动中心全民健身工程。

经过近两年的建设,到目前为止,7项市级全民健身工程中,济南市妇女儿童活动中心全民健身工程、无影山田家庄健身中心、济南奥体中心健身中心已全部建成,但由于济南

奥体中心要举办十一运赛事,暂时不能对外开放,其余4处市级全民健身中心也正在全力建设中,预计8月底将基本建成。与此同时,市内五区的5处区级全民健身中心也基本建成,近期即可投入使用,7处依靠公园建设的群众健身活动场所完成6处,社区的健身器材也基本上安装完毕。济南市政府有关人士告诉记者,十一运带给济南的不仅是城市面貌的改善,市民素质的提高,还有群众体育、群众健身的全面普及。目前,市、区级以及公园和社区的全民健身中心都到了收尾阶段。社会上的全民健身中心也越来越多,目前,省城主城区已基本形成了“15分钟”健身圈。



济南市主要全民健身中心分布示意图 桑海波 制图

2009暑期青少年健康关爱工程全面开展 包皮环切经典手术 3大套餐优惠呈现 山东东方男科医院2009暑期青少年健康关爱工程开展以来,已有数百名青少年来院就诊,青少年关爱工程受到广大市民的好评,应患者要求,现将关爱工程延期至8月10日。活动期间,16岁以下的学生均能享受3类包皮环切经典手术套餐价。

本报电话 本报文传电话 86993336 86991208 新闻热线 96706(省内市话) 督察考评 85316622 要闻中心 85193107 叶辛部 85193100 政教新闻中心 85193062 经济新闻中心 85193052 地方新闻中心 85193197 济南新闻中心 85193064 机动新闻中心 85193177 体育新闻中心 85193636 文娱新闻中心 85193561 青未了编辑中心 85193560 呼叫中心 85193302 办公室 86990708

糖尿病患者好消息 知蜂堂“十周年回馈顾客”超值大优惠 为回馈顾客的支持与厚爱,北京知蜂堂十周年举办大型优惠活动,购买十盒以上特别加送【知蜂堂十周年大礼包】,详细活动内容如下: 选择知蜂堂 远离并发症 调节血糖:降糖药降糖迅速,但缺点是血糖总是忽高忽低。知蜂堂蜂胶则不同,血糖平稳下降,且不出现低血糖,大多数糖尿病患者可观察血糖变化逐渐减少降糖药用量。 乏力:知蜂堂蜂胶解决乏力现象极其明显,服用10-30天,就会改善乏力,浑身有力了,像换了个人似的! 视力下降:知蜂堂蜂胶一至两个月就可改善视力模糊症状。 便秘、拉肚子:服用知蜂堂蜂胶一至两个月,便秘就解决了,也不拉肚子了,让糖尿病患者解除苦恼。 手脚麻木:服用知蜂堂蜂胶快则半个月,大部分一至两个月,手脚就不麻不凉