

本周六再推免费健身项目 邀您体验肚皮舞、瑜伽、拉丁舞

请市民拨打本报热线96709报名

本报讯(记者 王蕾 实习生 柴林)打完台球,再去跳舞吧!本报继上周末推出台球体验活动之后,本周又与济南市全民健身中心联手,再次推出免费体验项目,邀您一起尝试肚皮舞、拉丁舞和瑜伽。

此次推出的三个体验项目是济南市全民健身中心有氧健身馆的培训课程,共招募30名幸运市民参加体验,男女不限。不过,瑜伽、肚皮舞这样的项目真的适合男性体验吗?据了解瑜伽并不是女人的专利,男性做瑜伽已经不是什么新鲜事了。而近几年,男性跳肚皮舞也成为都市新时尚,在很多一线城市,

现在都有男性肚皮舞俱乐部,男性跳肚皮舞不仅可以甩掉啤酒肚,还能有效地缓解压力,好处非常多。“只不过对于男性而言,学习肚皮舞首先要克服心理障碍”,全民健身中心的工作人员笑着说。

本次推出的三个体验项目基本上可以满足不同年龄阶段健身爱好者的需要。“肚皮舞适合40岁以下的人群,而瑜伽不适合小孩子,最好在16岁以上,拉丁舞动感十足,适合16到50岁的人群。”

此次免费体验活动安排在5月15日和5月22日两个周六举行,从14点到17点30分,市民可以根据自己的喜好选择

课程,具体安排如下:

14:00—15:00 肚皮舞
15:15—16:15 瑜伽
16:30—17:30 拉丁舞

全民健身中心的工作人员友情提示:“体验肚皮舞和瑜伽只要穿着宽松就行,而想跳拉丁舞的市民别忘了穿高跟鞋、T恤衫、形体裤或者齐膝短裙。”据了解,济南市全民健身中心有氧健身馆拥有一流的场地设施和技术精湛的教练队伍,一定能够让市民真正体验到专业的水准。

感兴趣的市民可以从即日起拨打本报热线96709预约报名。

马琳赢得最后一张莫斯科“门票”

5月12日,马琳(右)在比赛中。当日,中国乒乓球男队“马王决战”在浙江省宁波市北仑进行。马琳最终以3比1战胜王励勤,赢得最后一张莫斯科世乒赛“门票”。这样中国男队莫斯科世乒赛的阵容已经全部产生,五位参赛队员是马琳、王皓、马龙、张继科和许昕。
新华社发



“马王”决战 刘心情矛盾

新华社宁波北仑5月12日体育专电 一手导演了12日马、王决战的刘国梁面对比赛心情矛盾,但他对对方王励勤的自我调整能力有信心。

刘国梁说:“作为主教练,对于他们之间的比赛我确实是很矛盾。一方面想锻炼我们的队员,另一方面又怕看到他们输球,怕他们中的一个人离开这支球队。在这次比赛中我们既对他们这种巅峰对决充满了期待,比赛过程中大家又可以明显感受到气氛的凝重。”

在他看来,这场比赛的精彩之处比三天前的“奥运三虎”大决战少是正常的,“这就是大赛的特点”。

他说:“这个比赛最终打的就是一个心态,技术、战术这些都是表象的东西。今天的比赛王励勤要明显占有优势,关键是输在第一局,之后心态就起了变化。马琳赢在自己场上的变化,拼到了所有能够想到的。”

王励勤目标仍指伦敦奥运

新华社宁波北仑5月12日体育专电 尽管外界将12日的马、王决战渲染为两名老将之间可能的绝唱,失败真正降临时,王励勤表现得颇有大将之风。

在这场残酷的比赛中以1:3输给马琳的王励勤错过了莫斯科世乒赛的

最后一个参赛名额,但他肯定地告诉记者,自己的目标不会因为一场比赛而改变,仍然指向2012年伦敦奥运会。他说:“失落肯定有一些,但我觉得参赛不是唯一的目的。如果能够通过这次比赛真正认识到自己的问题,加以改变,我觉得也是一件好事。”

马琳感慨“一辈子的对手”

新华社宁波北仑5月12日体育专电 12日的这场马、王决战对于马琳来说,意义不只是击败王励勤,成为中国乒乓球男队出征莫斯科世乒赛团体赛名单上的第五人。面对自己“一生的朋友,一辈子的对手”,马琳感慨颇多。

“这几天自己也在想这些。”马琳说,“我们一起进国家二队,一起进国家队,一起成为主力,一起报团体赛。这次前几次‘直通’,我们发挥得都不是很好,加上名额有限,我们中间只能一个人进世乒赛名单。但刘指导(刘国

梁)也说,赢只是赢了一场比赛,不是能说明谁超过了谁。”

这场决战的一个插曲是,马琳上场穿的是马龙的球衣,有人调侃说他取胜是因为沾了已经进入世乒赛名单的年轻队友的“运气”,马琳解释说,他只是因为没带黑色的球衣,而自己的衣服里只有和对手撞色的那件红色球衣有赞助商的标识,根据球队与赞助商的协议,有电视直播的时候他必须遵守规定,于是他迫不得已从马龙身上扒了一件穿上场。

■汤尤杯

干净利落战胜对手 中国男女队晋级四强

新华社吉隆坡5月12日体育专电 距11日小组赛4:1战胜韩国队不到24小时,中国男队几乎重复了昨日的轨迹,在汤姆斯杯四分之一决赛中干净利落落地连赢三场,淘汰韩国队挺进四强。心情大好的总教练李永波打趣说:“不知道看电视是不是觉得是重播。”

当天比赛和前一日的小组赛在同一时间同一场地进行,双方阵容也丝毫未变,唯一差别在于韩国队换了一身浅蓝色的队服。比赛进程也与前一天相似,由于淘汰赛阶段只决胜负,因此中国队在连胜三场之后结束战斗,没有再给对方二号单打以及老将李炫一制造麻烦的机会。

为中国队锁定胜局的仍然是世界排名第三的陈金,他和对方新秀孙完虎的比赛更是和前一天如出一辙,对方两局再次得到27分,比赛用时42分钟,比前一次略短3分钟。

李永波大赞队员无论状态、技战术还是投入程度都比前一场更好,结果也在预料之中。

在尤伯杯羽毛球赛四分之一决赛中,中国女队3:0战胜印度队,晋级四强。

广州亚运会门票 5月20日起发售

新华社广州5月12日电 记者从广州亚组委获悉,从5月20日10时起,广州亚运会部分体育项目比赛门票将面向全球公众预售。

本阶段面向公众进行销售的是竞赛日程已确定的部分比赛门票,总数约20万张。具体包括:乒乓球、羽毛球、田径、自行车(小轮车)、轮滑、铁人三项、柔道、摔跤、体操(艺术体操)、体操(蹦床)、射击(飞碟)、高尔夫球、赛艇等13个分项,共68个场次。

除羽毛球决赛A类票价为600元外,其他所有场次比赛定价均在10元到400元价格区间内。

本阶段门票销售原则为“实时预售,先到先得,售完为止”。从5月20日10时开始,公众可以通过登录广州亚运会官方票务网站tickets.gz2010.cn进行门票预订,也可以到遍布全国的中国工商银行400家官方门票代售网点中任何一家提交门票预订申请,无需任何手续费,公众支付票款成功以后获得门票预订确认函,即代表其已购买了某一场比赛的门票。

需要注意的是,凡通过亚运会官方票务网站预订门票的公众必须先行注册个人账户,再进行门票预订;每人每次只能提交一张门票预订单;每张门票预订单最多可以预订10个不同场次的比赛门票,每个场次的购票限额为2张至5张。

陕西锂源男篮离陕获批 陕西从此告别CBA

新华社西安5月12日体育专电 记者12日从陕西省体育局及锂源动力俱乐部获得证实,陕西省体育局已批复同意,陕西锂源动力男篮俱乐部注册地迁出陕西。

据介绍,陕西省体育局要求省篮管中心,按照中国篮协的有关规定,协助俱乐部办理相关手续。

陕西男篮2001年以男篮甲B冠军身份跻身CBA联赛,但多年来球队成绩一直不理想,俱乐部股权也几经转移,经营一直捉襟见肘。球队先后两次晋级CBA季后赛,其中2003-2004赛季获得第八名,2008-2009赛季取得季后赛第五名历史最好成绩。

陕西省体育局有关负责人表示,深圳亚旅文化公司投资的陕西锂源动力男篮,因经营困难提出将俱乐部迁出陕西,尽管陕西省有关方面经过多方努力,但俱乐部去意已定,陕西省体育局充分尊重并理解俱乐部的选择。据知情者透露,锂源动力男篮的出资人杨塞新日前已经来到西安。

陕西锂源俱乐部副总经理、新闻发言人许均表示:“俱乐部已决定迁往广东,但具体地址目前还没有确定。俱乐部球员和工作人员实行双向选择,俱乐部希望愿意走的都能跟着走。”

凯尔特人客场胜骑士 3:2领先晋级在望

据新华社华盛顿5月11日体育专电 本赛季NBA常规赛战绩最佳的克里夫兰骑士队在11日的东部半决赛第五场后被逼上了绝境,他们在主场88:120不敌老牌劲旅波士顿凯尔特人队,目前总比分2:3落后,而下一场比赛将在凯尔特人的主场进行。

5月13日

部分济南影院排片

新世纪电影城泉城路店

《钢铁侠2》

票价:50元学生30元

9:40 10:15 10:50 11:25

12:00 12:35 13:10 13:45

14:20 14:55 15:30 16:05

16:40 17:15 17:50 18:25

18:55 19:25 19:50 20:15

20:45 21:15 21:45 22:15

《杜拉拉升职记》

票价:40元学生25元

10:05 11:10 12:05 13:10

14:05 15:10 16:05 17:10

18:05 19:10 20:05 21:10

22:05

《叶问2》

票价:50元学生30元

10:00 11:00 12:05 13:05

14:10 15:10 16:15 17:15

18:20 19:20 20:25 21:25

22:10

《孤堡惊情》

票价40元学生25元

11:20 13:10 15:00 16:50

20:00 21:50

《A面B面》

票价:40元学生25元

10:10 12:00 14:30 16:20

3D《诸神之战》

票价:50元学生30元

10:05 12:05 14:00 15:55

17:55 19:50 21:45

《三笑之才子佳人》

票价:40元学生25元

10:30 11:25 12:10 13:05

13:50 14:45 15:30 16:25

17:10 18:05 18:50 19:45

20:30 21:25

注:会员12:00之前21:00之后

半价,普通观众12:00之前半

价,购学生票须持本人学生

证检票入场!每周二全天半

价。

鲁信影城家乐福店

《钢铁侠2》 票价50元

09:30 10:00 10:15 11:10

11:50 12:15 12:20 12:50

13:30 14:10 14:40 15:50

16:15 16:30 17:00 17:30

18:10 18:15 18:50 19:20

20:15 20:30 21:10 21:40

《叶问》票价50元

09:45 10:45 12:45 13:40

14:45 15:40 16:45 18:45

19:30 20:45 21:30

《杜拉拉升职记》票价50元

10:15 12:15 14:15 16:15

18:15 20:15

《三笑之才子佳人》票价40元

11:45 17:40

《额吉》票价40元

22:10

鲁信影城省体育中心店

《杜拉拉升职记》票价50元

10:45 12:45 14:50 16:45

18:45 20:45

《钢铁侠2》票价50元

09:30 10:00 10:30 11:00

11:30 12:00 12:30 14:00

14:30 15:00 16:00 16:25

16:30 17:00 17:30 18:10

18:30 19:00 19:30 20:00

20:30 21:00 21:30

《叶问2》票价50元

10:15 11:15 12:15 13:15

14:15 15:15 16:15 17:15

18:20 19:15 20:15 21:15

《三笑之才子佳人》票价40元

13:00 16:35

《额吉》票价40元

14:40

具体场次安排请以影院排片

为准。