

定海队VS普陀队 “浙BA”舟山赛区预选赛 揭幕战今晚打响

□通讯员 王 胜 胡思佳
余若望 朱春霞

本报讯 这个夏天,属于浙江人的“浙BA”正式登场,2025年浙江省城市篮球联赛舟山赛区预选赛首战将于今晚6时30分在舟山体育馆打响,由定海队迎战普陀队。

连日来,定海代表队全力备战。在定海乐动力体育馆,定海代表队的球员们分成两队进行对抗训练,灵活多变的运球,配以快速变向突破防线,或巧妙传球调动防守,防守方球员则紧贴对手,积极进行包夹和抢断。现场对抗激烈,让整个训练场瞬间充满了实战氛围。“我从2019年毕业以后就到定海工作生活,特别喜欢定海,让我很有归属感。”球队球员、浙江海洋大学体育老师丁文杰为了以良好状态迎接比赛,严格控制饮食,增加运动量,并在工作之余进行投篮和恢复训练等,享受篮球运动带来的快乐。

“从招募到训练,时间非常紧,18名队员来自各行各业,基本都参加过市、区篮协等组织的相关赛事活动,有一定的比赛经验。”球队助理教练陈礼杰边说,边时刻观察每位队员的特点,不断调整阵容。在陈礼杰看来,篮球比赛不仅仅是个人

技术的较量,更是团队的协作。通过队员间的相互磨合,提升适配度,打出篮球的“化学反应”。

普陀队此次参赛的18位球员来自各行各业,包括学生、教师、机关公职人员、企业员工、个体户……最近几天,他们也在积极备战。

据了解,“浙BA”是全省规模最大、档次最高的群众篮球赛事,由全省11个地级市、90个县区(市)共同参与。舟山赛区预选赛将于7月12日至20日在舟山体育馆、定海乐动力体育馆、岱山体育馆及普陀体育馆进行。

参加这次预选赛的是来自定海、普陀、岱山、嵊泗四县区代表队,每个队伍都有自己的专属形象,特点鲜明,乘浪争霸,堪称东海F4集结。

定海——敖光,古港雄风,篮下称王。

普陀——龙女,福光普照,三分穿云。

岱山——敖钦,“盐”值超高,球场必爆。

嵊泗——敖闰,端庄典雅,浪尖绝杀。

决出的县区冠军球队将直通“浙BA”,其余3支球队组成1支舟山市队参赛。

精彩对决,一触即发,让我们一起为球员们加油助威!

日期	时间	参赛队	赛制	场地
7月12日 (星期六)	18:30	普陀—定海	小组单循环	舟山体育馆
	20:00	岱山—嵊泗		
7月13日 (星期日)	18:30	普陀—岱山		舟山体育馆
	20:00	定海—嵊泗		
7月18日 (星期五)	18:30	嵊泗—普陀	岱山体育馆	
	20:00	岱山—定海		
7月19日 (星期六)	18:30	小组第一VS小组第四	半决赛	定海乐动力体育馆
	20:00	小组第二VS小组第三		
7月20日 (星期日)	18:30	(小组第一VS小组第四) 负队 VS (小组第二VS小组第三) 负队	三四名	普陀体育馆
		(小组第一VS小组第四) 胜队 VS (小组第二VS小组第三) 胜队		
	20:00	(小组第一VS小组第四) 胜队 VS (小组第二VS小组第三) 胜队	冠亚军	
7月21-30日	—	组队、集训、省赛报名		

我市健康减重大赛引发热潮 400多个名额已报满

□记者 岑瑜

本报讯 记者从舟山市体育中心(舟山市全民健身中心)获悉,我市“YUE动千岛·轻享山海——一起减个肥”2025舟山市健康减重活动引发热潮,目前412个名额已全部抢光。之后将建立分群分组减重活动群,邀请营养师、健康管理师、体重管理师、运动达人、心理咨询师等进行营养、运动、心理等方面的指导,以达到管理体重的目的。

最终根据前后录入的BMI值等变化,分别设立瘦身达人

奖、金牌蜕变奖、越来越好奖和全程参与奖等。

据了解,此次活动整合多方资源,在全市范围内招募,呼吁市民共同参与健康减重挑战赛,通过线上科学减重计划及专业团队督导,帮助选手建立可持续的健康生活方式。

没有报上名的市民如何减重?舟山医院营养门诊医生何小君表示,“减重首先要控制能量摄入,少吃一些高脂肪高能量和油炸油煎的食物。”她还建议,尽量少食用腌制品,在减重时急于求成反而伤及身体。

劳动者驿站上线“爱心凉茶”



□记者 丁一珂 文/摄

本报讯 在新城凯虹广场和宝龙广场附近,各设有一个劳动者驿站,里面提供休息座椅、冷热饮水、免费Wi-Fi等。最近,劳动者驿站还上线了“爱心凉茶”。周围外卖员、环卫工人等户外工作人员往来频繁,这两处驿站

方便他们入内休息。市总工会职工服务中心工作人员介绍,接下来还会推出系列活动,给户外工作者们带去夏日保障和服务。

据了解,近年来我市劳动者驿站、“小哥”驿站等服务点位逐渐扩增,各地区均有设置,市民朋友可通过手机导航找到就近站点。

觅林古树园里有场平邮摄影展



□通讯员 黄婷 刘琪琳 余若望 文/摄

本报讯 一个个黄皮信封、一张张风格各异的实体照片、一封封字体工整的手写信……连日来,一场平邮摄影展在东海百里文廊白泉段觅林古树园的“平整土地·粮仓”举行。如果刚好有空,不妨前往现场,读一读漂洋过海而来的光影故事,感受来自慢邮寄的浪漫。

在“平整土地·粮仓”的其中一角,这些邮寄而到的照片安静地展示于落地玻璃窗前。作品的题材广泛,拍摄风格多元,有的是来自生活的随拍,记录作者生活中的一些琐碎小事;有的是色彩丰富的自然和城市景观,让人驻足领略各地的风情和人文;也有黑白或是泛黄的老照片,处处彰显着让人着迷的故事感。

与大众所熟知的摄影展不同的是,每张展出的照片旁,都附有一个写着地址、贴着邮票、盖着邮戳的信封,有些甚至还有作者的手写信,讲述着照片背后的故事。

一封来自内蒙古的信件,作品是呼和浩特市周边的自然村落风光,作

者在信中表示“希望照片跨草原到海岛,传递些不同的风物感情”;一位来自宁波市北仑区的作者,此次寄来了一张渔山列岛的银河照,在信中他说,作为一名集邮爱好者,能用邮寄的形式来展示自己的照片,非常有意义。

“希望大家能重新体验一下寄信的过程,感受与数码照片所带来的完全不同的感受。”据此次摄影展策展人胡颖介绍,第一期的平邮摄影展于今年5月在上海市长宁区新华社区营造中心举行,在计划第二期时,策展团队将目光瞄准了定海,让信件漂洋过海而来。

平邮摄影展采用“随到随展”的形式,第二期开展至今,已收到了来自全国各地的20封信件。“还有十几封信在路上,也有来自国外,比如马来西亚、美国。”胡颖说,平邮寄出的不仅仅是一份作品,更包含着期待和情感的连接。

据悉,本次展览将持续至9月底,只要是原创,通过中国邮政平信方式寄出实体照片至浙江省舟山市定海区白泉镇米林村觅林古树园游客接待中心(胡颖收),寄到就能实地展出。