

洛南：全民健身热潮涌

本报通讯员 毕波波

“原来以为打匹克球很难,但今天通过教练的指导,我很快就入门了。今后我会坚持练习匹克球,努力带动更多群众参与并喜爱匹克球这项运动,进一步丰富充实自己的业余生活。”参训学员罗声宏坦言。

3月24日,由洛南县老体协、县工人文化宫、县体育运动学校联合举办的洛南县首届匹克球培训班在县工人文化宫顺利开班,活动不仅吸引了县老体协新组建的匹克球队21名队员以及100多名匹克球爱好者参加,还填补了全县匹克球专项培训的空白。

匹克球作为一项新兴运动,融合了乒乓球、羽毛球、网球的技术特点,具有简单易学、运动量适中、趣味性强的优势,适合各年龄人群参与,已成为全民健身的新宠。

“我们将持续完善全民健身服务体系,深化‘体育+’融合发展,推动匹克球等新兴项目与本地文旅资源有机衔接,让匹克球运动在洛南普及推广,形成‘有球可打、有赛可参’的良好局面,为全民健身事业高质量发展注入新动能。”洛南县老体协主席肖惠芳说。

生命在于运动。在洛南,这绝不是一句口号,而是融入居民的日常。正值春暖花开之际,居民的健身热情与日俱增。

3月31日一大早,雨过天晴,空气清新。在县城河滨北路的健身步道,晨光轻柔地洒落在沥青路面,运动爱好者迎着朝阳,尽情地奔跑;在秦唐街公园,动感的音乐让人感到活力四射,广场舞队员踩着节拍舒展身姿。

“早上的空气非常好,我们这个队每天都在这锻炼,跳完舞后一天都觉得心情很好。”居民李迎花笑着说,改造提升后的秦唐街公园,新增了转椅,翻新的健身器材旁也不时有居民驻足锻炼。

晚上的惠民广场,一群健身爱好者伴着悠闲的音乐正在做佳木斯操。“我从2024年10月开始练习佳木斯操,锻炼也是为了身体健康,把我们的身体锻炼得棒棒的。”健康洛南惠民佳木斯操队总队长贾萍分享道。

从步道上奔跑的年轻人到公园中舞动的银发群体,山城百姓用蓬勃热情享受着春日的美好时光,以实际行动践行健康生活理念。这场全民参与的健康热潮,是“健康洛南”建设的丰硕成果,更是城市建设与民生温度的生动写照。

近年来,洛南县依托秦岭生态优势,以“绣花功夫”推进城市微更新,着力打造“15分钟健身圈”,新建西城区、东城区社区健身路径2条,建成高速路口体育健身公园1个,实现全县镇、村及移民点健身设施全覆盖;新建5个社会足球场;建成包含综合体育馆、青少年拓展训练中心、球类馆、主运动场等设施的洛南县体育中心并投用,极大改善了群众健身和赛事承办条件。

“我们依托县域生态资源,以赛事为媒,扎实推进‘体育+旅游’融合发展,持续完善城乡体育设施,积极培育体育社会组织,常态化开展全民健身活动,让爱运动、爱健康的生活方式成为新风尚。”洛南县教育和体育局局长武锋表示,截至目前,全县体育场地总面积2万平方米,人均体育场地面积2.83平方米。2025年,培训社会体育指导员820名,开展科学健身指导活动3场,居民体育锻炼达标率提升至92%。

从完善的健身设施到丰富的体育活动,从“读书+运动”的新风尚到全民参与的健身热潮,洛南县正以实实在在的举措,让健康中国战略落地生根,让山城百姓在运动中收获健康与幸福,让全民健身成为乡村振兴的活力底色。

奔跑逐光 传递健康

本报记者 谢非

3月31日,凌晨5时许,商州城还沉浸在睡梦中,一阵轻快的脚步声打破了小城的静谧,曹秀英已经开始了每天的跑步。从独自奔跑的坚持到引领百人的跑团,曹秀英用16年的脚步,在户外赛道上留下2.6万多公里的累计里程,以医者与跑者的双重身份,书写着一段关于热爱、责任与健康的动人故事。

曹秀英是一名社区慢性病管理医生,2010年,是曹秀英与户外跑步结缘的起点,也是她人生的转折点。之前由于她长期在海拔地区工作,饱受风吹日晒,脸庞又红又圆,被大家戏称为“洋葱脸”。一米六的个子,70多公斤的体重,让她体态臃肿、精神萎靡,自卑与疲惫笼罩着生活。工作调动后,身边同事朝气蓬勃的

模样触动了她,她暗下决心:从运动开始改变自己。

没有专业指导,没有运动软件记录,曹秀英的户外奔跑之路从金凤山晨跑开启。起初,她只能跑步与快走交替,短短几公里便气喘吁吁,但她将跑步定为每日必修课,日复一日坚持。从最初的3公里、5公里,到每天10公里、周末15公里,她慢慢让跑步融入生活,如同吃饭睡觉般自然。功夫不负有心人,经过几年的坚持,曹秀英体重逐渐下降,皮肤与精神状态焕然一新。

2017年,曹秀英加入商洛爱跑团,结识了志同道合的跑友,接触到专业跑步知识,学会用运动软件记录数据。大家一起相约慢跑、交流经验,曾经孤独的坚

持,变成了一群人的并肩。她对跑步的认知,也从“为了减肥”升级为“为了热爱、为了健康”,真正体会到户外奔跑带来的身心愉悦。

作为医务工作者,曹秀英深知运动对健康的重要意义。看着身边不少人被亚健康困扰,结合自身跑步的经验,她萌生了成立专业卫健跑团的想法。2021年,在跑友的支持下,商洛卫健跑团正式成立,秉持“奔跑三秦大地,助力健康陕西”的理念,凝聚起100多位医疗行业的跑步爱好者。曹秀英结合专业知识,为跑友讲解运动损伤预防、科学热身拉伸等常识,纠正盲目跑步的误区,让医者的专业与跑步的热爱相融,带动更多人科学运动。

2019年,曹秀英考取现场救护资格证,

成为马拉松急救跑者,“医者+跑者”的双重身份让她的责任更重。赛场上,她既是奋力奔跑的选手,也是守护生命的医者;遇到抽筋、扭伤的跑友,她第一时间上前处置;遭遇突发状况,她迅速开展急救、协助转运。日常路跑中,她也时刻待命,多次为路边伤者提供急救帮助。在她看来,跑步不仅是锻炼自己,更是守护他人,医者初心与对跑步的热爱在此完美契合。那些在诊室里难以说清的健康道理,在奔跑中变得简单直白:生命无需复杂,按时作息、好好吃饭、每天出点汗,便是最好的养生。

除了成年人的跑步活动,曹秀英在去年还组织了一次亲子跑活动,总里程设定在3公里,让家长带着孩子一起,沿着丹江河岸,一起奔跑,感受运动带来的快乐。

脚步不停,热爱不止。十六载春秋,曹秀英不仅收获了健康的身体、平和的心态,也获得“商州区健康达人”荣誉。不少朋友在她的带动下走出家门参与跑步,一句“看你跑步,我也动起来了”,成为她听过最好的褒奖。

快意骑行 乐享生活

本报记者 谢非

春日的商洛,大地草木复苏,繁花绽放,处处洋溢着生机与活力。随着气温回升,越来越多的户外运动爱好者走出家门,以运动为媒,赴一场与春天的约会,其中,灵活便捷、能赏沿途风光的骑行,成为不少人春季健身的首选。卢山,丹凤县的一名小学老师,便是这骑行大军中热忱的一员,他用车轮丈量家乡美景,用坚持诠释运动魅力,在春风里书写着快意骑行的生活篇章。

3月28日傍晚,夕阳为丹凤县城到棣花的快速干道镀上一层暖金,饭后的卢山换上轻便运动装,跨上陪伴自己5年的自行车,迎着微凉晚风出发了。“这段路平坦宽阔,路况也好,晚上还有路灯,单程15公里左右,40分钟就能轻松骑完。”卢山一边骑行,一边欣赏着路边次第绽放的野花。这样的骑行,对他而言,早已不是简单的运动,而是每天最惬意的放松时刻。

谈及与骑行的结缘,卢山回忆,那是2013年,人到中年的他,身体渐渐发出“预警”,加上业余生活略显单调,便生出了运动的念头。“当时就想着找一项容易坚持、又能亲近自然的运动,偶然间和几个

朋友聊起骑行,一拍即合,就这样开启了我们的骑行之旅。”这一骑,便是十几年,从最初的偶尔打卡,到如今的每日必骑,骑行早已融入他的生活,成为不可或缺的一部分。

在卢山的骑行地图里,丹凤的山山水水都留下了他的车轮印迹。他最偏爱县城到棣花的路段,不仅路况优越,沿途更是风景如画,春日里,路边的桃花、梨花竞相绽放,远处的青山层峦叠嶂,随手一拍都是美景。除了这条“宝藏路线”,县城北边的何家洞、东边的武关、南边的竹林关,都曾留下他骑行的身影,每一段路程,都有不一样的风光,每一次出发,都有新的收获。

骑行的乐趣,不仅在于近处的风景,更在于远方的探索。卢山曾骑着自行车,沿着商州蟒岭绿道前往洛南,那段路程崎岖不平,充满挑战,却让他乐在其中。“蟒岭绿道被誉为‘会呼吸的赛道’,路在画中,画在景里,沿途的田园风光让人沉醉。”卢山说,虽然路途艰辛,但当抵达目的地的那一刻,所有的疲惫都化为成就感。此外,他还曾骑行前往山阳等地,用车轮串联起秦岭深处的美景,感受不一样的地域风情。十几年的骑行路,卢山骑坏了一辆自

行车,如今的第二辆,被他擦拭得锃亮,成为他最亲密的“伙伴”。其间,他还曾两次报名参加环秦岭自行车赛业余组比赛,虽然没有拿到名次,但他丝毫不介意。“能和来自全国各地的骑行爱好者一起,在秦岭的青山绿水间骑行,感受那种并肩前行的热情,就已经很满足了,输赢并不重要。”卢山笑着说,每次参赛,都是一次难得的交流机会,也让他更加热爱骑行这项运动。

如今,骑行已经成为卢山生活的常态,只要有时间、不下雨,他总会准时出发,春赏繁花、夏观云海、秋看红叶、冬赏雪景,四季的美景,都被他尽收眼底。“自从坚持骑行,体重也降了下来,身体素质也越来越好,整个人的精神状态好了很多。”卢山感慨道,要是遇到连阴雨天气,没法出门骑行,他就会浑身不自在,心里空落落的。

眼下,春风正暖,繁花正盛,丹凤的骑

行路线上,越来越多像卢山一样的骑行爱好者,迎着春光出发,用车轮丈量美好,用运动强健体魄。卢山已经开始规划今年暑假的骑行计划,他想骑得更远一些,去领略那些未曾见过的风景,感受骑行带来的无限快乐。



卢山(左)和好友骑行山间,尽享一路风光。

商洛市2026年陕西省五一劳动奖拟推荐对象的公示

根据陕西省总工会推荐评选2026年陕西省五一劳动奖有关要求,为体现公开、公平、公正原则,充分发扬民主,广泛接受社会监督,实现评选过程让群众参与、评选结果让群众认可,现将商洛市2026年陕西省五一劳动奖拟推荐对象予以公示,接受社会各界监督。公示期为2026年4月3日至10日。如对拟推荐对象有异议,请于公示期间通过电话、邮件、信函(以到达日邮戳为准)等方式向商洛市推荐评选陕西省五一劳动奖工作专班办公室反映。反映情况应采取实名方式,请提供具体线索和事实依据。

联系地址:商洛市行政中心513办公室

邮政编码:726000

电子邮箱:sfzsq@163.com

联系人及电话:市人社局 赵梦阳 0914-2335799

市总工会 李军涛 0914-2383820

商洛市推荐评选陕西省五一劳动奖工作专班办公室

2026年4月3日

陕西省五一劳动奖状拟推荐对象(2个)

1. 商洛市投资控股集团有限公司

2. 陕西柏宏欧利塑业有限公司

陕西省五一劳动奖章拟推荐对象(5个)

1. 杨明,男,汉族,1991年5月生,中共党员,大专,现任商洛市瑞通速递有限公司快递员。

2. 陈飞鹏,男,汉族,1968年10月生,群众,硕士研究生,现任陕西中泰材料科技有限公司董事长,高级工程师。

3. 袁晓萍,女,汉族,1980年8月生,中共党员,本科,现任山阳县杨地镇白马村卫生室乡村医生,医师。

4. 田军,男,汉族,1973年6月生,中共党员,本科,现任商南县医院党委副书记、院长,主任医师。

5. 王莉,女,汉族,1983年12月生,群众,本科,现任

商洛尧柏龙桥水泥有限公司员工,助理工程师、高级工。

陕西省工人先锋号拟推荐对象(3个)

1. 商洛市卫生健康委员会疾病预防控制中心

2. 商洛职业技术学院实验幼儿园教科研发先锋组

3. 柞水县博隆矿业有限责任公司东升选矿厂修班班组

陕西省五一劳动奖状拟推荐对象(1个)

陕西迈思普电气有限公司

陕西省工人先锋号拟推荐对象(1个)

陕西隆元集团有限公司装修班组

洛南县自然资源局国有建设用地使用权出让公告

洛自然资告字[2026]2号

经洛南县人民政府批准,洛南县自然资源局决定公开出让1宗国有建设用地使用权,现将有关事项公告如下:

一、出让宗地基本情况

出让宗地位于洛南县城关街道樊湾社区江滨大道北侧,DB-01-09-02宗地面积20016.77平方米(30.03亩);建设规划要求为:容积率1.0—1.2,建筑密度≥40%,绿地率≤15%。

二、用地性质及出让年限:

出让宗地用地性质:工业用地,出让年限50年

三、出让方式:挂牌

四、竞买人资格要求

中华人民共和国境内的法人,法律法规对申请竞买人另有限制的

除外。仅接受单独申请,不接受联和申请。

五、报名要求

1. 竞买人报名时须提供下列材料

①统一社会信用代码;②法人身份证明;③委托他人竞买的还须提供

授权委托书和代理人的身份证。以上材料须同时提供原件和复印件。

2. 竞买人报名时须缴纳竞买保证金400万元

竞买保证金账户名称:洛南县土地收购储备中心

开户行:中国农业银行洛南县支行

账号:268101010400013753

六、报名时间及地点

时间:2026年3月31日8时—4月20日17时

地点:洛南县土地收购储备中心(吉祥小区西侧)

七、其他需要公告的事项:

纠纷及遗留问题由商洛经开区负责解释及协调处理。

八、挂牌时间及地点

时间:2026年4月21日8时—2026年4月30日17时

地点:洛南县土地交易大楼四楼交易厅(吉祥小区西侧)

九、联系方式

联系人:袁女士

电话:0914-2058567 18991403988

洛南县自然资源局

2026年3月31日

声明

●陕西省商洛市商州区陈堰街道李易轩的《出生医学证明》丢失,编号为M610032369,声明作废。

●陕西省商洛市柞水县乾佑镇卢唯诺的《出生医学证明》丢失,编号为O610267865,声明作废。

●丹凤县武关镇梨园村股份经济合作社的开户许可证丢失,账号为2708041001201000006200,核准号为J8033000473401,开户行为陕西丹凤农村商业银行股份有限公司武关支行,声明作废。