



回顾 2008 跳水——

周继红强调“团队精神”

历时两天的 2008 年全国跳水明星表演赛 21 日在常州结束,本年度全部比赛就此落幕。中国跳水队领队周继红用“团队精神”四个字来概括中国跳水的 2008。

在北京奥运会上,中国跳水队赢得 7 金 1 银 3 铜,成为中国奥运代表团夺取金牌总数最多的一支运动队。郭晶晶更是以 4 金 2 银的总收获,成为中国跳水队历史上获得奥运金牌最多的选手。

对于辉煌战绩,周继红说:“很难用几句话来总结 2008 年,如果要总结,也要从上一个奥运周期说起。如果用简短的话来概括这一年,我的感触就是中国跳水队能够取得好成绩,完全是依靠团队精神,凭借运动员和教练员的敬业精神。”

奥运会后,运动员们进行了一段时间的休假和恢复,新一届国家跳水队于 11 月 1 日在北京集中进入冬训。

周继红表示,每一届奥运会后,新组建的国家队规模都会很庞大;但这次国家队的人员并不多,只有 30 多名运动员。她说:“有些运动员因为伤病等原因,不能进行正常训练,现阶段能正常训练的只有 25 到 28 名运动员。”

“但大家都在积极进行冬训,有些队员在做冲击难度动作的准备,开始了新动作的诱导动

作,比如男子跳台的 109C(向前翻腾四周半抱膝),407B(反身翻腾三周半屈体)等动作”。

周继红指出,冬训第一阶段的训练效果很好,重点突出了体能专家王卫星的身体素质训练。她说:“王老师从力量训练方面给我们带来了新的方法和手段。从跳水运动的发展来看,对运动员的要求越来越高,不能局限于以往传统的力量方法,必须要增加新的训练手段。”

由于郭晶晶还在休假中,女台小将王鑫眼睛动了激光手术,目前还在恢复中,有 8 位奥运选手参加了本次明星表演赛。周继红认为,奥运会后,国手们在休假和调整后只练习了一个半月,就基本恢复了能力和整套动作。“对他们来说,这挺不容易。能跳出今天比赛的这种水平,我很满意。可能他们中有的人有些动作还显得沉一点,这是正常现象”。

北京奥运会的成绩并没有让周继红得意,她认为中国跳水从来都不是高枕无忧。“现阶段,我们遇到了一些困难,比如女选手的后备人才严重缺乏,跳台和跳板都面临这个问题。女板方面虽然有一些年轻选手,有一定的能力和水平,但基数太小。距伦敦奥运会还有四年的备战时间,谁也不知道这个过程中会发生什么事情;我们希望通过集训和比赛,多发现一些人才,”周继红说。

(据新华社)



040 号作品:打太极

在铁路小区广场,每天早晨喜欢打太极拳的中老年健身爱好者们都聚集在这里专心致志地锻炼。这是笔者抓拍的一个镜头。
晓丽 摄

“移动杯”保定体育“精彩瞬间”摄影大赛

体育彩票开奖公告

排列 3 第 08350 期	注数 1 注	每注 10000 元
中奖号码 5+5+9	中 22 选 5 第 08350 期	
171 注	每注 1000 元	中 29 选 7 第 08150 期
排列 5 第 08350 期	注数 6 注	每注 7805 元
中奖号码 5+5+9+7+9	中 29 选 7 第 08150 期	

中奖号码 05+10+12+15+22+28+29+08 中奖注数 0 注 每注 0 元

以上数据仅供参考,具体结果参见国家体育总局体彩管理中心公布的玩法期开奖结果报表。

4周年庆

保定现代女子医院
BAODING MODERN WOMAN HOSPITAL

院庆4周年 健康送大礼

100 妇科医疗

项技术惠民大行动

1月6日,一个似乎普通如沧海一粟般的日子,对于女子医院和古城数百万女性来说,却是如此的不同,如此的令人心潮涌动,因为这一天是女性健康呵护专家——保定现代女子医院的生日!

四年前的这一天,古城的医疗界,一朵艳丽的梅花盛装绽放!从此,古城女性有了自己的健康家园!从此,古城妇科医疗掀开了微创诊疗的新篇!从此,全新的人文医疗理念开始在古城生根发芽!

4年来,“现代女子”以一流的医疗服务,铸就了自身“全国妇女最喜爱医院”的金子品牌,奠定了自身在古城女性心中无可动摇的“健康呵护专家”地位。更不断创造出一个又一个孕育生命、远离病魔的奇迹。

今天,在保定现代女子医院院庆4周年来临之际,为了回报广大女性对“现代女子”的厚爱,更为了分享四年的成功与喜悦,医院现特别推出“院庆4周年,健康送大礼”系列活动。

活动时间: 12月12号-元月18号

4 年院庆感恩回报、百万女性健康受益

★**同庆同生缘:**元月6日出生女性就诊者,凭身份证免费领取生日蛋糕(价值30元)一份及**100元**代金券一张(药品、病理、材料除外)。(限院庆当日:元月6日)

★**同喜明星缘:**院庆当日(元月6日)医学美容科所有手术费**6折**优惠。

★**同乐健康缘:**1月6日来院就诊顾客每人送纪念品一份。(12月12日-元月18日)来院就诊可获得**300-1000元**的健康大礼,享受百项诊疗费减免待遇。

计生科:6大常规检查项目全免费、人流术前检查费半价,微管无痛人流手术费减免100元,学生减免200元。

炎症科:(内诊、白带常规、阴道镜)4元,彩超半价,BBT自凝刀、LEEP刀减免100元,宫腔镜宫腔粘连分离术减免300元。

不孕科:(内诊、白带常规、阴道镜)4元,彩超半价,免输卵管造影手术费,性腺系列减免40元,输卵管COOK铂金导丝介入再通术减免200元,宫腹腔镜联合探查治疗手术限5000元(不含并发症)。

乳腺科:(视检、指检、数码红外线)4元,乳腺彩超半价,乳腺纤维瘤等良性肿瘤手术费限500元。

产科:尿常规免费,预约分娩交200元,免产前检查费。顺产仅收880元,剖宫产(双人间)限2980元。

美容科:双眼皮成形、祛眼袋、隆鼻免100元,光子脱毛、嫩肤(疗程),隆胸、360度环形吸脂免500元,处女膜修复、阴道紧缩术免300元。