

国家体育总局通报表扬

# 铜陵“全民健身示范市”试点工作



铜陵市全民健身活动精彩纷呈

星报讯(王新胜 记者 江锐) 按照国家体育总局的统一部署,铜陵市委、市政府在开展“全国全民健身示范市(区)”试点工作期间,取得了显著成效,

近日受到了国家体育总局的通报表扬。2011年9月,国家体育总局确定安徽省铜陵市等全国20个城市(区)为“全民健身示范城市(区)”试点单位。近年

来,铜陵市全民健身工作在科学发展观指引下,认真贯彻党的十八大精神,在国家体育总局、安徽省体育局的关心指导下,贯彻落实《全民健身条例》和《全民健身计划(2011-2015年)》,全面实施《安徽省全民健身实施计划(2011-2015年)》,坚持政府主导,部门协同,城乡统筹,全社会共同参与,以“全民健身、健康铜陵”为主题,抢抓机遇,勇于创新,全民健身活动精彩纷呈,群众体育锻炼意识不断增强,全民健身组织网络不断健全。铜陵市群众体育工作连续多年在安徽省综合考核中名列前茅,一大批群众体育工作先进单位和先进个人受到国家体育总局、省体育局的表彰。实现了由政府主导的群体活动向群众自发、主动健身的转变,较好地完成了全民健身示范市试点工作,达到了预期效果。



## 安庆市水上运动中心 陆上工程已经完成7成

星报讯(记者 江锐) 记者近日获悉,位于安庆市宜秀区白泽湖乡石塘湖畔的安庆市水上运动中心,到目前为止陆上工程已完成70%。

截至5月20日,安庆市水上运动中心陆上工程方面:食宿楼内外装修已完工;综合楼内外装修完成95%以上;终点塔进入收尾阶段;所有道路路基已完工,有待铺设沥青;室外土地在平整;绿化景观、管道、围墙完成80%。水上工程方面:水上桩机已进场并开始打钢管桩;5个码头及2个栈桥铝合金结构在加工中;水上赛道钢丝绳及浮标已订购,待码头及栈道完工后安装。

## 体育运动中如何合理补液?

体育运动不仅消耗能量,在大量出汗的同时机体也消耗了大量的水分和电解质,尤其夏日进行运动,往往口干

舌燥,该如何补充体内丢失的水分,也是需要注意的一个方面。

第一最好选择运动饮料。不要选择汽水等碳酸饮料;最好选择含有碳水化合物和电解质的运动饮料,以及时补充机体能量和因大量出汗而丢失的电解质,预防因大量出汗造成的肌肉痉挛。

第二就是忌服过冷的水。因为平时人的体温在37℃左右,经过运动后,

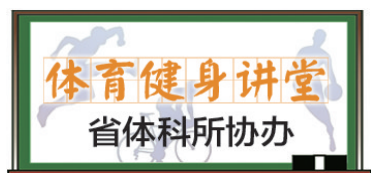
可上升到39℃左右,如果饮用过冷的水,会强烈刺激胃肠道,引起胃肠平滑肌痉挛、血管突然收缩,造成胃肠功能紊乱,导致消化不良。

第三是饮水的量。运动中出汗多,需饮用的水量自然大,但不能一次喝足,要分次饮用。一次饮水量一般不应超过200毫升,两次饮水至少间隔15分钟。另外饮水速度要慢,不可过猛。

## 省运会高校部排球开打

星报讯(记者 江锐) 5月21日,省十三运高校部排球比赛在桐城市拉开序幕,全省34所高校共49支男女代表队参加比赛,赛程为期15天。

高校部排球比赛常规型比赛共103场,分男子甲、乙、丙和女子甲、乙、丙六个组别。与上届省运会相比,本届参加高校部排球比赛的高校数量由23所增至34所;参赛队员人数达到566人,为历届省运会之最。



## 天长“乐透之星” 大派送乐透不止

星报讯(张雷) 5月14日,超级大乐透第14055期开奖,天长市22244网点的彩民杨先生鸿运当头,体验到新规则所带来的超级实惠。他凭借一张12元的复式票擒获1注“5+1”二等奖。在新规则的调整下,奖金高达7.5万元,加上同时中得的四、五等奖,合计奖金近8万元。

这张中奖彩票与当期的开奖号码仅相差后区“11”一个号码,憾失大奖,但杨先生还是很自豪。杨先生是一位典型的“技术型”大乐透彩民,他研究大乐透已经有超过6年的时间,几乎是期期不落,每期都用复式的方法进行投注。

杨先生告诉笔者,一开始接触大乐透,他也是抱着“试试运气”的心态进行随机投注,慢慢地意识到这样纯碰运气是行不通的。他渐渐发现每期的开奖号码实际上有一定规律可循,虽然做不到百分之百准确,但是一定程度上确实可以提高中奖几率,于是杨先生就开始悉心钻研,中奖率也随之上升。到现在,杨先生已经成为了22244网点的“乐透之星”,认识的彩民看到他都会请他推荐几个号码。杨先生说:“大派送太刺激了,彩民就喜欢大牌玩法大派送,真要中个大奖,一辈子不愁了,真正畅活啦。”

## 大乐透大派奖进行时 颖上彩民喜事连连

星报讯(洪朝) 体彩超级大乐透玩法自14052期派奖以来,奖池一路飙升。尤其是最近两期,我省巢湖、芜湖彩民连中大奖。这个好消息迅速传遍颖上县彩市,人人羡慕不已。从派奖一开始,颖上县虽未有大奖中出,不过也是喜事连连。

喜事一:5月5日下午,彩民小王手机没电了,路过该县18816网点,进店后被体彩顶呱刮吸引,掏出50元钱,挑了几个票种刮了起来,绿翡翠中出50元,麻辣6中出20元,小赢20元。销售员给其兑奖的同时,提醒这位彩民11选5马上就要开奖,要不要试试。小王看看走势图说:打“2、5、8、10、11”10倍。不过小王并没有在意开奖结果,随手玩起正在充电的手机。幸运的是第53期开出的结果就是“2、5、8、10、11”,小王兴奋不已,获得5400元奖金。销售员祝贺小

王,并介绍大乐透正在派奖,奖金很丰厚,为什么不趁着幸运守候一个大奖呢?

喜事二:5月7日中午,彩民张师傅习惯性地来到18844网点。因为当期大乐透奖池高达4.49亿,张师傅研究走势图果断出击倍投53倍追加投注“04、19、24、25、30+02、07”。当晚开出结果“14、19、21、24、30+02、07”,张师傅喜中3+2,每注基本投注中得200元、追加投注中得100元。此次投注恰逢大乐透第14052期开始改版,3+2中奖奖金是原先的2倍,张师傅很高兴,亲自买了一挂爆竹给18844网点送去,增添了网点的中奖喜庆气氛。

喜事三:超级大乐透14056期,颖上县18802网点喜中“5+0”三等奖一注,根据省体彩中心奖励政策,该网点获得“游北京、看开奖”名额一个,圆了销售员多年来游北京看开奖的一个梦。

# 超级大乐透

## 特别提示

**当前奖池: 508335617.78 元 (目前中国彩市第一)**

**第 14060 期, 开奖号码: 12、22、29、30、34+05、11**

**全国中出一等奖 2 注, 其中追加 1 注。大奖出自广东、四川**

**大乐透开奖日期: 周一、周三、周六**

**超级大乐透 七星彩**

**排列三 顶呱刮**

**11选5 竞彩**

安徽体彩开通手机购彩, 移动用户发88到10658388 开通(月租3元)

**安徽省体彩中心协办**  
官方网站: www.ahtc.gov.cn  
官方微博: http://weibo.com/anhuiticai

## 体彩20周年 双重大奖等你拿

星报讯(汪洋) 喜庆体彩20周年,“顶呱刮”来献礼,宿松一彩民参与顶呱刮“财富金字塔”全国二次抽奖活动中,喜中一等奖50英寸智能液晶电视机一台和二等奖100元话费充值一次。据悉,本次获奖彩民来自宿松县龙井路15503号体彩站点,获奖情况分别为第二期的一等奖及第三期的二等奖。

“不可能,从来没中过大奖,骗我吧?”当销售员告诉获奖彩民张先生(化姓)时,说他中得50英寸智能液晶电视机,他的第一反应就是骗人的。事后通过证实此事是真的,这时除去开心就是高兴了,且说道:“虽没中得奖金,却能中得智能液晶电视机,这比中奖金还实惠,刚好把家里旧的给换了。”

付出就有回报,简单输入几个数字,就能把50英寸智能电视机抱回家,这就是体彩“顶呱刮”给我们彩民的回馈!张先生表示,“财富金字塔太好玩了,顶呱刮不光中奖有奖金回馈,没中奖的还有惊喜等着我们,我要一直玩下去!”