

内部资料 免费交流
(闽)内资准字 A 第 048 号

福州老年体育

杂志刊号

2024 3
总第 116 期



目录 | CONTENTS

卷首语

02 多面开花激活力 主题活动展风采

项目培训

03 省老年人持杖健走巡回培训班(福州站)开班

老体年会

05 新年新气象 奋进新征程(下)

工作动态

09 福清市老体协 2023 年老年体育工作绩效考评落幕

10 从严开展绩效考评 激发老体工作活力

11 龙年方伊始 老体已启航

12 基层调研拓思路 主抓落实重协调

13 市直机关老体协以规范管理促提升

14 永泰县推动乡村、社区老体协组织机构全覆盖

浓情拗九

15 拗九暖人心

巾帼芳华

17 市老体协开展“庆三八”团建活动

18 赴春日之约 展巾帼风华

老体风采

21 省台聚焦! 福清实力“出镜”!

门球之窗

22 晋安区老体协门球培训班常态化

22 闽清老体协大力支持少儿门球发展

23 快快乐乐打球 健健康康生活

24 美在夕阳红 乐在门球场

基层图讯



多面开花激活力 主题活动展风采

三月风光好，老体健身忙。3月以来，福州市各县市区老体协充分发挥各自优势，有重点有批次地落实市老体协年会精神，在各级党委政府的支持下，积极开展日常健身锻炼，多面开花适时开展培训、比赛、交流等活动，成效显著，得到了社会各界的高度认可。

三月既有福州特色的孝老“拗九节”，也有全世界女性共同的“三八妇女节”，各级老体协充分发动会员开展节日主题活动，展现老体风采的同时，也营造了浓郁的孝老敬老和全民健身氛围，带动更多的老年朋友参加到体育活动中来。

“灿烂夕阳”正青春，抖擞精神再出发。下一阶段，希望各级老体协结合实际，注重工作实效，进一步推动老年人体育健身活动全覆盖，提高活动参与率，让更多的老年人感受到新时代的幸福和快乐，为福州市老年体育事业发展作出新的贡献。

薛海玲

2024年3月





闽侯县老体协 刘景香

3月18日至19日,2024年福建省老年人持杖健走巡回培训班(福州站)在福州市体育运动学校开班,市老体协副主席、健步走专委会主任王培德出席开班式。



培训班由持杖健走国家级裁判员、高级教练黄英老师任教,黄以森老师任助教,市持杖健走队及各县市、市直机关的持杖健走骨干60余人参加学习。

黄老师从细节入手,强调技术性,通过亲身示范、针对性指导,逐一纠正学员的手型、步法、身法。队员们在跑道上反复练习,在理解动作要领的同时,也对持杖健走的科学性和健身性

有了更深的领悟。

从无杖训练到持杖健步,队员们纷纷表示,在两位老师的指导下,自己的健走动作更加科学,综合技术明显提高,将在今后的训练中继续巩固提高,进一步普及推广持杖健走。

培训结束后颁发了由省老体协统一印制的结业证。福州市老体协还为考核合格者颁发二级教练员证书。



培训感悟：标准技术动作引领持杖健走

3月18日至19日，我参加了福建省老年人持杖健走巡回培训班（福州站），与来自市直机关及各区县各位持杖健走骨干们一同聆听了国家级教练黄英老师的精彩讲解，观摩了老师高超的技术示范和动作要领，通过了老师的技术考核，提升了持杖健走的水平，培训获益匪浅。

黄英老师秉承“技术第一，速度第二”的教学理念和指导思想，引用各地持杖健走好手的成绩实例为大家讲解，处处展示出技术标准在持杖健走中的作用，特别在动作细节上更是彰显技术的重要性。如身体的重心位置，起步时重心在两脚之间，然后迅速前移至前脚，这样才能有快步如飞的

感觉；又如持杖方式，要做到自然握杖，轻松提落，成为前进的有力助手，不能握力过度，更不能把重心落在杖上；又如手、杖、脚的协调配合，一定是浑然一体，恰到好处，

哪一样都不能超前或落后...

黄老师的“技术第一”贯穿了两天的实地培训。她反复强调：在正确掌握标准技术动作的前提下，才能进行标准姿势快走训练，否则技术动作容易变形。在没有掌握各技术要点的情况下，盲目追求速度是不可取的。欲速则不达，反之有的放矢才能事半功倍，训练成效明显。

老师的教导可谓是语重心长，苦口婆心，我深受感动，今后一定按照老师所讲的标准技术要求进行训练，不断提高持杖健走水平，并且通过规范技术指导进一步推动本县老年人持杖健走活动开展，为闽侯县老体工作更上一层楼贡献里。



新年新气象 奋进新征程(下)

3月以来,多个县市区老体协召开2023年年会及2024年工作会议,传达学习市老体协2023年年会精神的同时,总结2023年工作,表彰先进,部署2024年工作,进一步推动基层老年体育工作蓬勃发展。



位和个人代表参加会议,区文体旅游局分管领导、主任科员施惠,处级老领导(顾问)李依兴、郑声彬、郑振强、江纯镇等应邀出席。

会议传达了市老体协2023年工作会议精神,宣读了《表彰长乐区

3月1日,长乐区老体协召开2024年工作会议。区老体协领导和秘书处负责人员、各镇乡街道和区直机关老体协分会领导、受表彰的先进单

2023年度先进辅导站、体育工作先进单位和个人的决定》。与会领导为获奖的单位和个人颁发了奖牌、证书和奖金。区老体协常务副主席王洪安作

2023 年工作报告。

施惠充分肯定了区老体协 2023 年的工作成绩,并对 2024 年区老年体育工作寄予厚望,表示区文体旅局一定会尽心尽力支持老体协工作。

区老体协主席郑金德作会议总

结,他转达了因临时任务不能到会的区委常委、副区长林增祥的新春祝福和问候,对做好今年长乐区老年体育工作提出“抓学习、抓重点、抓实干”三点要求,要求区老体协以优异成绩向建国七十五周年献礼。

(陈宝国 张善凯)

闽侯

2月28日,闽侯县老体协召开2024年工作会议,县文体旅局局长张其标、县老体协领导班子成员、各乡镇(街道)老体协常务副主席以及各项专委会主任、副主任等50多人参加会议。

会议传达了市老体协2024年年会精神,宣读了2023年评上省、市表彰单位及个人名单,表彰了2023年市“老年人健身康乐家园”单位并授牌;县老体协常务副主席刘积林作2023年工作总结并部署2024年工作。

刘积林提出:一要认真贯彻落实



党的二十大精神;二要组织开展各类培训活动、各类赛事;三要突出重点,扎实做好康乐家园创建提升工作;四要加强宣传信息报送工作。

胡光礼主席强调: **一是抓好基层辅导站建设。**辅导站建设是今年的工作重点,要紧跟市老体协工作步伐,大

胆积极的做好申报工作，由县老体协统一制作颁发牌匾，确保有目标、有任务。年内力争全县辅导站建设达到市级水平，基层辅导站达到100个，分三年时间将全县312个村居委会建设成达标辅导站。

二是提高宣传报道工作。要下足功夫、高度重视，主动出击，要有新突破，利用各种媒体平台加大对老年人体育工作的宣传力度。

三是打造体育特色之乡。以“太极

之乡”为体育特色品牌，培育一批骨干队伍，增强品牌项目影响力，更好地满足老年群众的健身需求，提升老体协服务水平。希望基层主席不忘初心，奋力担当，比往年有更大的进步。

张其标局长对县老体协工作给予肯定，表示将为老年体育工作提供坚强保障，把老年体育工作纳入重要议事日程，切实加强对老年体育工作的领导，做好全面服务。

(陈 俐)



2月27日，罗源县老体协在县老体活动中心召开2023年年会。县老体

协第八届委员会全体班子成员，县直涉老部门及各乡镇老体协领导等参加会议。市老体协荣誉主席王聪深、副主席陈明建，县人民政府副县长钟凤金，县文体旅局副局长余灿梯应邀出席。

会议宣读了表彰省、市老体协工作先进单位和个人荣誉的文件和名单，与会领导为获奖单位和个人颁奖。

县老体协主席柯受安做 2023 年工作报告。全面回顾了 2023 年县老体协所做的工作,并提出 2024 年的工作思路。各位领导均认为罗源县老体协工作扎实见效,颇具特色。

针对 2024 年工作,钟凤金提出:一要提高工作的责任感和使命感,把

老年体育工作贯穿到日常工作中去;二要突出重点、强化措施,把老年体育工作融入到乡镇工作计划中,做到经费、场所、人才有保障;三要组织动员、齐心协力,形成党政主导、上下联动、全民参与的老年体育新格局,增强老年人的幸福感。

(郑信光)



3月19日,闽清县老体协在老干局多功能厅召开2024年工作会议。县老体协班子成员,各乡镇老体协主席、秘书长、辅导站站长等60多人参加会议。县委常委、县委宣传部部长刘鸿,县文旅局副局长余健到会指导。

会上,县老体协副主席张景光做老体协工作报告并对2024年工作进行部署。

会议对获得2023年省、市老体协



的先进单位和个人,2023年市老年人健身康乐家园进行了颁奖和授牌。

刘鸿对县老体协工作提了三点要求:一要加强政治学习,发挥好党和政府联系老年人的桥梁纽带作为;二要突出重点、强化举措,持续开展好健身

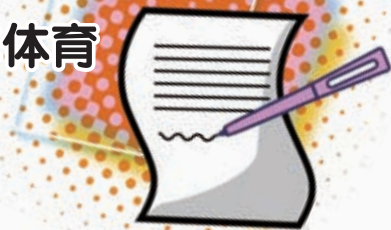
康乐家园创建工作和老年人体育健身活动;三要加强自身建设,压实领导责任,发挥老体协职能作用,助推“健康闽清”建设。

县老体协主席许建平从坚持党的领导、加强老体协和辅导站建设、开展

好形式多样的健身活动、创造条件推进健身场地建设、重视宣传报道等五个方面强调了 2024 年的工作。她提出,新的一年大家要凝心聚力、奋发有为,努力开创闽清县老年人体育工作新局面。

(张景光 朱丹)

福清市老体协 2023 年老年体育 工作绩效考评落幕



近日,福清市老体协开展 2023 年老年体育工作绩效考评。福清市老体协领导方裕开、张忠康、郑坚、孙存宝、梁国华等分头率市老体协绩效考评组深入基层,对各镇街 2023 年老年体育工作进行绩效考评检查。各镇街分管领导参加活动。

考评分龙田高山片,街道、海口片和渔溪、东张片三个片区同时进行。每到一处,考评组都认真查看内页资料,听取各镇街分管领导和基层老体协



2023 年老年体育工作情况汇报,并与(镇、村)老体协同志座谈,详细了解基层老体协工作开展情况,特别是辅导站建设、“老年人健身康乐家园”创建情况等。实地检查、抽查村(社区)老年体育工作开展情况,察看基层场地建

设情况,并进行点评。

考评中,张忠康主席对各镇街党委、政府对老年人体育事业的支持表示感谢,他希望各镇街老体协在当地党委、政府支持下,切实加强镇、村老

体协班子建设和老年人健身康乐家园建设,强基础、补短板,吸引更多老年人参与各项适老活动,增强体质,提高健康水平,丰富精神文化生活,推动福清市老年人体育事业更上一层楼。

(周小扬 吴绍魁)

从严开展绩效考评 激发老体工作活力



3月10日上午,长乐区老体协召开2023年度绩效审评会。区老体协主席郑金德,常务副主席王洪安以及区老体协考评组成员陈学松、陈宝国、叶雪仙、林依国等参加会议。

郑金德主席强调,一定要从严从实开展绩效考评,激发激励老体工作内生动力。要用好用活区委区政府赋予老体协的特殊待遇,充分利用绩效

考评促进老年体育工作。变压力为动力使大家学有目标,赶有方向,共同争先创优,利用绩效考评推进长乐区老年体育事业不断发展。

2023年长乐区老年体育工作绩效考评采取量化办法,对各镇乡街道老体协上报的自查自评分,考评组逐项复审,根据考核情况和年度工作成绩,特别是辅导站建设、康乐家园创建和各项活动开展情况及成绩逐一对照。最终评出一类(90分以上)乡镇街道8个,二类(80分至89分)5个,三类(70分至79分)5个。

(陈宝国)

龙年方伊始 老体已启航



龙年伊始，仓山区老体协以新的姿态组织辅导总站开展多项文体活动，积极部署争创“优势健身项目之乡”建设，大力推动老体事业发展。

3月2日，仓山区老体协主席钱庭勋专门召集辅导总站骨干进行座谈，研究部署仓山区老体协2024年度活动计划。会上辅导站骨干们畅所欲言，群策群力，表示要发挥仓山区传统优势项目，巩固和发展原有项目，大力

发展有竞争力的新项目，抓紧抓好人才培训和辅导站点布局和建设。

3月6日，区文体局副局长程娟一行到区老体协深入了解仓山区老年人体育活动开展情况，传达了福州市运会精神，并就开展“优势健身项目之乡”创建工作进行调研。

调研期间，钱庭勋主席介绍了基层街、镇、社区老年人体育工作情况，并就老体工作队伍建设以及充分利用现有的活动场所、文化体育设施开展老年人文体活动和创造条件建设彰显仓山区特色的“优势健身项目之乡”等议题，与区文体局程娟副局长进行了深入探讨。

(黄光铃)



基层调研拓思路 主抓落实重协调

3月份，马尾区老体协主席吴文舒先后前往亭江镇、琅岐镇调研老年体育工作，各镇分管领导、马尾区老体协秘书长等陪同调研。

调研期间，吴主席深入基层了解两个镇的老年人体育工作开展情况，并就加强镇老体协班子建设、老年人活动场地建设、康乐家园创建以及开展老年体育活动等与镇党委进行沟通交流。

各镇党委领导表示，将大力支持老体协的工作，在区老体协指导下大力加强镇、村老体协辅导站组织建设，



支持与关爱老年人体育活动，做好老年人体育服务工作。

吴主席感谢各镇党委领导对老年人体育事业的支持，表示将按照省市老体协的要求，发挥各基层老体协力量，动员更多的老年朋友积极参与老年体育活动，传播体育正能量。

(吴星)



3月11日，市直机关老体协举办2024年辅导站专委会负责人聘书颁发及信息员大会。市直老体协班子成员、辅导站专委会负责人及有关信息宣传员参加会议。

会上，分管项目的副主席分别为辅导站站长和专委会主任颁发聘书，并为优秀信息宣传员颁发奖励金。

会议提出，新的一年，市直老体协各辅导站专委会负责人要发扬不怕困难、肯于吃苦、勇于奉献的精神，要不断探索，发挥作用，以积极饱满的精神投入到活动展示训练中，培训出优秀人才，以最佳状态迎接福州市第十二届老健会，以优异的成绩来展示市直机关老年人的体育风采。



会议强调，市直机关老体协的信息宣传工作要继续以“争先进保第一”为目标，努力提高宣传员的理论水平和写作能力，建立健全宣传网络，形成人人都是宣传员的大宣传格局，利用新媒体拓宽信息宣传渠道，及时报道老年体育活动、风采及成果，进一步提升福州市直机关老体协的知名度、美誉度和社会影响力。

(杜素冰)



永泰县推动乡村、社区老体协组织机构全覆盖

3月16日,永泰县老体协主席张智雄带领班子成员深入新成立的城峰镇北江滨社区调研老年人体育协会及健身辅导站规范化建设工作。

座谈会上,社区党支部书记陈美金介绍了新成立的社区情况,表示将全力支持县老体协工作,成立社区老体协,建设健身辅导站,尽力为群众文体活动提供场地和社区老体协办公活动场所,进一步丰富社区老年人文化体育生活。

张智雄主席指出,要做到乡村、社区老体协组织机构全覆盖,随着城镇化建设发展,做到成立一个社区,相应成立老体协组织机构。北江滨社区人



口集中、老年人口众多,应尽快成立老体协组织,组建老年健身辅导站,使老年人参加文体活动有组织、有辅导,努力为老龄群体创造更为完善的健身环境。

会后,县老体协一行与北江滨社区领导前往省级康乐家园单位“东门社区老体协”参观,为做好北江滨老体协辅导站建设打下基础。

(张智雄 张若勇)

浓情拗九



3月8日，仓山区老体协辅导总站参加仓山区有福之“粥”浓情拗九主题活动。



鼓楼区温泉街道老体协开展“拗九送温情 福粥暖人心”主题活动。



3月7日，连江县贵新社区老体协栀子花艺术团献艺贵安第二届拗九节主题活动。



3月8日，罗源县举办“情满拗九传孝道，文明新风福粥到”文艺专场。



3月9日，闽侯县南屿镇老体协举办“福粥飘香传孝道 拗九敬老扬美德”专题文化活动。



3月9日上午，闽清县金沙镇老体协举办“浓浓拗九粥，深深感恩情”主题活动。



3月7日，永泰县城峰镇南城
区塔山老体协举办拗九主题门球交
流活动。



3月9日，长乐区吴航街道老
体协开展“拗九浓情颂德孝，福
‘粥’飘香暖万家”主题活动。



3月5日，市直机关老体协于山
总站参加于山社区“我们的节日·拗
九节”专场暨雷锋日主题活动。



拗九节期间，台江区老体协发
动各社区健身辅导站(点)，参与拗
九节主题活动，展现老体协风采。



3月7日，福清市龙江街道天
宝社区老体协文体展示庆拗九。



市老体协开展“庆三八”团建活动

3月3日，市老体协组织开展庆祝“三八妇女节”团建活动，主席薛海玲率班子成员及工作人员16人，前往宁德屏南甘棠乡王林村踏青、赏花。

王林村的芙蓉李种植基地内，万亩李花次第绽放，花瓣洁白如雪、晶莹剔透，远远望去，犹如白雪覆盖着山坡，乡村美景春意盎然。在花海中行走，大家喜笑颜开，心情豁然开朗，呼吸着山里的新鲜空气，烦恼远去，一切都是那么美好。大家时不时停下拍照、留影，记录下快乐的瞬间。

下午，大家又前往屏城乡厦地村参观，厦地村藏在群山褶皱里，古民居依山势而建，仍然保持着明清时期的建筑风貌。大家漫步其间，感受屏南四大书乡之一的悠久历史和浓厚的文化氛围，欢声笑语不断。

团建活动让大家回归自然，愉悦身心，充分领会到“绿水青山就是金山银山”的远见卓识，体会到时间长河中的历史印记和中华文明之美，洗涤身心的同时也度过了一个愉快而有意义的周末。

赴春日之约 展巾帼风华

“三八”国际妇女节期间,福州市各级老体协开展丰富多彩的主题活动,营造浓厚的节日氛围,女同胞们度过了一个丰富多彩、意义非凡的专属节日。



3月3日,市直机关老体协体育馆辅导站组织“庆三八”踏青展示。



3月6日,仓山老体协门球专委会举办“庆三八妇女节”门球交流赛。



3月6日,闽清县坂东镇举办“情暖三八节,巾帼绽芳华”文艺展演。



3月6日,市直机关老体协球操专委会举办“三八节”健身交流展示。





3月7日，连江县老体协举办“庆三八”妇女门球交流活动。



3月8日，马尾区船政社区辅导站广场舞队欢度“三八”国际妇女节。



3月8日，晋安区直老体协开展“庆三八”健步行活动。



3月8日，福清市石竹街道老体协举办“庆三八”柔力球展示活动。



3月8日，福清市江阴镇老体协举办庆祝“三八”妇女节文艺活动。



3月8日，鼓楼区老体协举办“三八节”女子门球联谊赛。



3月8日，鼓楼区老体协西湖柔力球站在森林公园桃花园欢庆“三八”节。



妇女节期间，台江区老体协鳌峰街道辅导中心站开展户外健身活动。



3月9日，福清市三山镇老体协举办“庆祝三八节”系列活动。



3月8日，罗源县在上长治村举办“三八国际妇女节”门球友谊赛。



3月9日，长乐区金峰镇老体协举办“庆三八”联谊活动。

省台聚焦！福清实力“出镜”！



2月25日，福建电视台帮帮团记者陈丹艳和她的搭档前来福清做专题采访，福清市老体协精彩“出镜”。

当天上午，福清市老年人体育活动中心一如往常，市老体协各专委会的交流展示与训练如常进行。

陈丹艳先后深入市老年人体育活动中心门球馆、地掷球场、气排球馆、柔力球馆、太极拳剑馆和玉屏街道老体协，现场采访正在交流比赛及训练的运动员，捕捉一个个精彩镜头。近年来，福清市积极应对人口老龄化，让更多老年人运动起来、健康起来，老体协付出的努力及取得的成绩让记者们赞不绝口。

陈丹艳表示，省电视台帮帮团是一档民生服务栏目。福清市老体协的出色工作与栏目组策划的从“养老”到



“健老”的民生专题特别契合，所以，省电视台来到福清，聚焦福清老年群体，报道福清市老体协从被动“养老”到积极主动“健老”的成就。

陈丹艳等为福清市老体协工作人员的奉献精神点赞。认为正是因为有了这么一群可爱的老年志愿者，福清参与体育运动的老年人越来越多。通过运动，老年人的身体状况越来越好，心理更阳光更健康，生活有奔头，更体现出福清幸福老人的精气神，为“有福之州，幸福老人”品牌增添了亮色。

（周小扬 吴绍魁）

晋安区老体协门球培训班常态化



为推动晋安区门球后备人才培养工作,区老体协在2023年与区老年大学联合开办区直机关门球班,将骨干

培训与老年大学教学相结合,聘请陈维姗老师授课。新学期,区老体协将继续选送有兴趣的会员参加培训。区老体协领导班子不但一同参加学习,还挤出经费添置球杆、球及比赛计分牌等设备,为培训顺利开展提供保障。

区老体协主席黄玲强调,学员要珍惜机会,遵守规定,按时参加每周一课的学习,练好基本功。回到乡镇(街)后发挥传帮带的作用,做好晋安区基层门球运动的普及推广。

(王丽玲)



闽清老体协大力支持少儿门球发展

3月5日下午,市老体协副主席高慧萍,福州市门球协会领导薛理振、王瑞、王丽华、江建等在闽清县老体协主席许建平陪同下,先后前往闽清县梅溪镇榕星中心小学、白中镇黄石中心小学、白中镇普贤中心小学、坂东镇

文定中心小学指导成立四所学校的少儿门球队筹备工作。

许建平指出,门球运动不仅适合老年人练习,对于锻炼青少年的思维发展、团队意识都能起到积极作用。她希望有关学校以成立门球队为契机,



在青少年学生中普及和推广门球这项益智运动,让广大学生爱上门球运动,打好门球比赛,让门球运动年轻化、时尚化。

市门球协会会长王瑞提出:一要

做好硬件设施建设,确保门球场地与器材投入;二要做好队伍建设,注重教练员培养;三要组织好训练,持之以恒,以赛代训,优化人员组合,提升少儿门球水平。

筹备会上,县老体协指定了闽清县门球队的四位骨干队员为四支少儿门球队的教练。薛理振、王瑞代表市门协向四所学校捐赠了门球器材。

(闽清县老体协)



快快乐乐打球 健健康康生活

2月27日至29日,市直机关老体协举办2024年春节门球联赛。来自各单位的24支队伍,210多名运动员、教练员、裁判员参加比赛。

赛场上,运动员神采奕奕、精神焕发,挥杆过门、接应布局,现场欢呼声此起彼伏,大家尽情享受门球运动带来的快乐。经过3天36场的激烈角逐,鼓楼联队、台江区队、闽侯门协队、



福州移动队、省地质工程大队队、中移工程队获各小组第一名。

(黄健慧)

美在夕阳红 乐在门球场



明媚的春光里，连江县琯头镇林振玉自建的门球场内活动的人络绎不绝。县门球协会培训基地自去年挂牌以来已在这个田园场地进行了十多次的系统训练。

门球场内光线充沛、空气清新，周围的桂花、油菜花、田园野花香气沁人心脾，让人心情舒畅。林振玉老师还投入资金通电通水，并配套了休闲茶室、乒乓球台、卡拉OK音响、厨房餐厅及场地四周的座椅等。

每周二，县老体协门球队的20多位队员在这里舒展手脚、钻研技战术不亦乐乎。大家还自筹费用精心安排当天的午餐，这周包饺子，下周煮粉干，自炸海蛎饼，制作锅边糊……午餐后大家通常打开视频放歌或下棋、打乒乓，再进行两场门球比赛后才离场。

2023年球场落成后，林振玉老师举办了首届田园杯邀请赛，共有6支门球队参赛，今年五一期间还将继续举办第二届田园杯邀请赛。门球场已经成为琯头镇老年人门球运动的网红点，大家表示，在这个场地打球，心情格外舒畅、轻松，这里既是运动场又是休闲场，振玉同志有眼光，为门球爱好者办了大好事。

（黄云平）



2月27日,闽清县坂东镇老体协组织歌舞爱好者参加“十八坂”百姓大舞台文艺演出。



3月2日,长乐区老体协门协举办新春首场门球友谊赛。



3月4日,南通镇老体协在镇老体活动中心召开2024年工作会议。



3月5日,市直机关老体协健身气功专委会举办“学雷锋·十二段锦送春风”活动。



3月5日,罗源县凤山镇老体协罗川歌友会举办春节团拜会。



3月7日，市直机关老体协市公安局辅导站开展主题党日活动。



3月8日，福清市高山镇老体协举办秧歌《九儿》培训班。



3月8日，鼓楼区五凤街道老体协举办第二届“光大杯”乒乓球比赛。




3月9日，鼓楼区老体协武云太极健身辅导站开展新春太极健身首秀活动。



3月14日，鼓楼区安泰街道中心辅导站开展“古月派·武舞养生”推广活动。



3月15日，台江区老体协举办福建科普大讲坛3·15国际消费者权益主题科普活动。



编辑委员会

主任：薛海玲

副主任：陈明建

执行主任：卢湘玉

策划：刘明辉

编辑：朱斌

封面摄影：张耀

编印单位：福州市老年人体育协会

印刷单位：福州麟造印刷有限公司

印刷日期：2024年4月10日

编辑部

地址：福州市鼓楼区海潮路51号

福州市老年人体育活动中心

邮编：350001

电话：0591-22030035

传真：0591-22030032

投稿邮箱：fzslt2020@163.com

发送对象：福州市各级老体协

印刷数量：1300册