

内部资料 免费交流
| 闽内资准字 A 第 048 号

福州老年体育

老年体育

2024 6
总第 119 期



目录 | CONTENTS

卷首语

02 链接健康 共享快乐

主题教育

03 省老体协党支部赴永泰县开展主题党日活动

04 强化纪律意识 提高免疫能力

展示交流

05 青口论拳剑 太极大联动

07 福州市第二届老年人智力运动会激情开赛!

08 网球拍“挥”出新时代健康风采

09 舞动五月天 情满三福地

10 省全民健身运动会老年人气排球交流活动落下帷幕

11 福清市代表队参加省老年人门球交流首站分区赛获佳绩

12 清爽初夏 “鱼”乐无限

12 台江区举办 2024 年中老年人门球邀请赛

老少庆六一

13 怀拥童心人不老 老体健身庆六一

培训会议

15 福州市举办第十五套健身球操推广培训班

16 长乐区举办基层老体协主席培训班

17 闽清县举办气排球教练员、裁判员培训班

18 加强骨干培训 提升项目水平

浓情端午

21 浓情端午话安康

老体风采

23 初心如“磐” “柔”出精彩

24 闽侯荆溪：大佳门球大家玩

基层图讯



链接健康 共享快乐

六月，夏风轻拂，万物繁茂，正是活力与健康并蓄的美好时节。福州各级老体协以满腔的热情和不懈的努力，为老年朋友们搭建起了一个又一个展现风采、增进友谊、促进健康的平台。

太极拳剑的柔美与力量，智力运动的智慧与策略，网球的激情与汗水，舞蹈的优雅与灵动，气排球的团结与协作……每一项运动都承载着老年人对生活的热爱与追求。它们不仅锻炼了老年人的身体，增强了体质，更在无形中培养了他们的毅力、耐心和团队精神，让老年人在享受运动乐趣的同时，也收获了心灵的成长与升华。

“健康中国”的理念在福州老年体育事业中得到了生动的诠释。老年人们用实际行动证明，年龄从不是追求健康与快乐的障碍。他们积极参与体育锻炼，不仅为自己赢得了健康与活力，更为社会树立了积极向上的榜样，激励着更多年龄段的人们关注健康，投身运动。让我们携手并进，在这个充满希望的六月，共同书写老年体育事业的新篇章，让健康与智慧的光芒照亮每一位老年人的晚年生活！

编辑部

2024年6月

省老体协党支部赴永泰县 开展主题党日活动

6月20日,省老体协主席王美香带领兼合式党支部党员前往永泰开展主题党日活动。

党员们参观了永泰县农村安置型商品房建设,近距离了解青云泉矿泉水的生产过程,实地考察乡村建设和产业发展,进一步增强对习近平总书记推进生态文明建设和乡村全面振兴的重要性认识。

支部还深入红星乡礼柄中心村,调研乡村一级老体协工作和“老年人健身康乐家园”创建情况,并在礼柄中心会议室召开座谈会。

会上,省老体协一行听取了礼柄中心村老体协工作情况汇报及县老年体育事业开展情况汇报,并对永泰县老体协的工作给予充分肯定。

王美香主席表示,希望中心村老



体协能扎实工作,坚持场地设施、活动组织两手抓,积极开展农村老年人体育健身活动,真正发挥体育“助老健康、为老添乐、促老长寿”作用,带动基层老年人体育工作充分发展。

经省老体协协调,省华荣建设集团有限公司总裁卢健代表永泰县华煦·中央府、福建清凉矿泉水有限公司向礼柄中心老体协捐赠10000元以及青云泉矿泉水50箱,助力永泰县红星乡礼柄中心老年体育事业发展。

(张智雄 黄朝燊)



强化纪律意识 提高免疫能力

为进一步加强党的建设、推动全面从严治党向纵深发展,福州各老体协纷纷开展党纪学习教育主题活动,以学促干,不断教育引导离退休党员干部学纪、知纪、明纪、守纪。



5月24日,市直机关老体协球操专委会党小组在市直机关老体协七楼会议室召开专题学习会,16名党员配戴党徽,认真学习了中共中央《中国共产党纪律处分条例》。

5月27日,长乐区直机关老体协党支部组织党员等18人赴马尾省省级革命历史遗址潮江楼廉政文化教育基地开展“学纪守纪再筑根基”主题党日活动。



6月3日,市直机关老体协市公安局退休干部党小组开展党纪学习教育活动,42名党员齐聚一堂,学习中共中央《中国共产党纪律处分条例》。市直老体协副主席王志军参加活动。



青口论拳剑 太极大联动

6月5日,由福州市老体协主办、闽侯县老体协协办的2024年福州市老年人太极拳剑展示交流活动暨2024全国老年人太极拳健身大联动福州分会场活动在闽侯青口镇中央公园举行。

来自各县(市)区、市直机关老体协的11支拳剑代表队参加,现场氛围热火朝天。市老体协原主席薛海玲,常务副主席张涵,副主席陈明建、林坦、王华南以及闽侯县老体协主席胡光礼,永泰县老体协主席张智雄等到场观看。



天空中飘飞的细雨挡不住太极队员们的火样热情,他们早早来到活动现场,抓紧时间适应场地,练习动作,争取将最好的精神面貌展现出来。

活动主要展示的内容是四十二式太极拳和四十二式太极剑。各支代表队根据抽签顺序依次上场,他们身着

整齐的太极服装，精神抖擞地展示自身的拳剑技艺，拳法刚猛有劲，剑法灵活洒脱，彰显出高超的太极水平与扎实的武术功底。

交流间隙，大家还相互学习、交流太极拳剑练习的心得体会，吸引了不少周边群众一同学习、演练，现场热闹非常，欢声笑语不断。

展示结束后，太极拳专家、武术七段金燄老师为大家作了精彩的点评，全体队员表示受益匪浅。

薛海玲感谢闽侯县及青口镇党委、政府，闽侯县、青口镇老体协对本次活动的支持和配合，也感谢各老体协的积极参与。她表示，本次活动旨在通过展示交流提升我市的太极拳剑水平，大家来这里相互学习、相互交流，



用充沛的精力和优雅的动作向我们展示了太极拳的魅力，达到了活动效果。

她提出，希望大家今后无论是参加展示或者比赛，都要以最好的状态展现我市老年人积极向上的精神风貌，要大力推动太极拳运动深入开展，充分展现我市老年人的幸福生活，打响“有福之州 幸福老人”品牌。

这次拳剑展示交流活动，为我市广大老年太极爱好者搭建了一个展现自我、交流技艺的平台，展现了老年朋友们积极进取的精神风貌以及对健康生活的热切追求，有力推动了太极健身在我市的发展，也是对中华传统武术文化的传承与弘扬。

(吴元谋)



福州市第二届老年人智力运动会激情开赛!

6月11日至12日,由福州市老体协主办、市老体协棋牌专委会承办的福州市第二届老年人智力运动会在市老体活动中心举行。各县(市)区、市直机关老体协及市棋牌专委会等14个单位的代表队,运动员及教练员等近200人参加。市老体协副主席、棋牌专委会主任王培德宣布比赛开幕。

本届智力运动会设有中国象棋、围棋、桥牌、扑克牌80分和掇蛋5个项目,其中掇蛋为表演项目。

比赛现场,选手们展现出了高水平的竞技实力。在中国象棋和围棋比赛中,选手们运筹帷幄,沉着冷静,落

子如飞,乐在“棋”中,展现出深厚的棋艺功底;在桥牌、扑克牌80分和掇蛋比赛中,选手们配合默契,稳定发挥、战术灵活,斗智斗勇,展现了出色的团队协作能力。

经过2天的角逐,鼓楼队、棋牌专委会队、福清队、罗源队、马尾队获中国象棋项目优胜奖;市直机关队、棋牌专委会队、鼓楼队、连江队获围棋项目优胜奖;棋牌专委会队、闽侯队、长乐队、市直机关队获桥牌项目优胜奖;晋安队、棋牌专委会队、市直机关队、闽清队、闽侯队、仓山队获扑克牌80项目优胜奖。





网球拍“挥”出新时代健康风采

5月16日至17日，市老体协在市老体活动中心举办2024年福州市老年人网球交流，来自各县区、市直机关老体协的网球爱好者40余人参赛。省老体协网球专委会主任肖新建、原主任蔡水官到场指导，市老体协常务副主席李平，副主席陈明建、高慧萍到场看望运动员、裁判员。

网球运动对老年人来说是一项非常有益的健身活动。它不仅能够增强老年人的身体素质，提高免疫力，还能帮助老年人保持身心健康，延缓衰老。

本次交流为双打比赛，分男子甲组（65至70岁）、男子乙组（58至64岁）、女子甲组（60至70岁）、女子乙组（53至59岁）四个组别进行比赛。

赛场上，选手们尽情享受体育



的乐趣，在球场上奋力奔跑，你击我挡、配合默契，对攻、扣杀、救球精彩场面时时上演，精彩的角逐引得现场掌声一片。经过两天的交流，市直机关代表队包揽了男子甲、乙组，女子甲、乙组的冠军，赢得大满贯。

（张耀）



舞动五月天 情满三福地

5月31日，“舞动五月天 情满三福地”福州市老体协送舞下乡活动在福清市老体活动中心举行，福州市老体协副主席潞江，福清市老体协领导方裕开、张忠康、孙存宝、梁国华到场观看。

本次送舞下乡活动旨在增进与基层老体协的交流，促进基层操舞技能水平和全民参与率的提升，同时传播全民健身理念，更好地激发基层群众的运动热情，满足老年人对精神文化生活的需求。

伴随着动感的音乐，福州市老体协与福清市老体协的多支操舞团队同台展示，《再唱洪湖水》《船工号子》《走向复兴》《舞动新时代》《红高粱九儿》《志愿军军歌》《欢乐渔鼓》《美丽的福



清我的家》《回到山沟沟》等舞蹈依次登台，精彩纷呈。

操舞爱好者们用灵动诠释运动的健美，用欢乐昭示生活的阳光，在收获快乐的同时，展示高水平操舞的魅力，赢得了在场观众的阵阵掌声。

（周小扬 吴绍魁）

省全民健身运动会 老年人气排球交流活动落下帷幕



5月24日至27日,2024年福建省全民健身运动会老年人气排球交流活动在晋江市体育中心祖昌体育馆举行,来自全省各设区市、平潭综合实验区、省直机关及高校老体协的25支队伍,200多名运动员参加交流活动。

福州市代表队的队员们斗志昂扬投入比赛,他们互相鼓励、配合默契,对每一次发球、接球、扣球都全力以赴,充分发挥了团队协作精神,展现了



良好的竞技风貌。

经过激烈的角逐,市老体协女队勇夺金奖,男队获得银奖。





5月29日至31日，2024年福建省老年人门球交流活动龙岩漳平分区赛在漳平市老年人活动中心门球场举行。福清市老体协副主席兼秘书长郑坚、副秘书长兼门球专委会主任何敦财带队参赛，荣获二等奖。

本次赛事由福建省全民健身领导小组、福建省老体协主办，共有来自厦

门、漳州、三明、南平、龙岩等设区市老体协和福清、泉州台商、南安、泉港、周宁、漳平等门球之乡的13支代表队，100多名运动员、裁判员参加。

赛场上，老年运动员们个个精神抖擞，身手不凡。他们发扬团队协作精神，配合默契，挥杆对垒，沉着冷静。巧妙地送球、精准地击球、漂亮的过门，每一个动作都挥洒自如，干净利落，展现出精湛的门球技艺和积极向上的精神风貌，赢得现场观众阵阵掌声和喝彩声。赛场上，福清代表队奋力拼搏，冲入决赛，最终获得亚军，载誉而归。

(周小扬)

清爽初夏 “鱼”乐无限

5月26日，闽清县老体协，县计生协会联合在塔庄镇炉溪无忧谷钓鱼场举办2024年全县老年人钓鱼比赛。来自全县各乡镇老体协和县钓鱼协会的近60名钓鱼爱好者参赛。

参赛选手按照抽签选定的钓位，在鱼塘四周排开。他们专心致志、聚精会神地盯着鱼竿上的浮漂，静待鱼儿上钩。随着一阵阵鱼儿拍打水花的欢



乐声传来，一条条鲜活的鱼儿被收入鱼护。钓者、观者收获满满，欢声笑语萦绕在整个钓鱼场。

(张景光 朱丹)

台江区举办2024年中老年人门球邀请赛



6月19日至20日，台江区老体协和区直机关退协共同举办2024年台江区中老年人门球邀请赛，共有来

自市直、市电信等单位的12支队伍，80余人参赛。

场上，队员们精神饱满，挥杆、击球、撞杆，大家身手娴熟，充分发挥平时训练的技战术，赢得了阵阵喝彩声。

场下，队员们老友相逢，交流着彼此的健身心得，共同享受门球运动带来的无限快乐。经过两天角逐，师大门球队夺得第一。

(林泽平)



6月1日，闽清县老体协举办第一届“中国人寿杯”小学生门球赛。



怀拥童心人不老
老体健身庆六一



闽侯县甘蔗街道健身辅导站开展庆“六一”活动。



市直机关老体协白马河公园健身站开展“六一”活动。



闽清县坂东镇湖头村和坂东村老体协舞蹈队携手举办“童心未泯欢乐过‘六一’活动”。



连江县温麻公园辅导站开展庆“六一”有氧行进健身操演练展示。



市直机关老体协球操辅导站开展“难忘的童年之声”活动。



福清市龙田镇老体协举办“童心未泯 重拾童真”六一活动。



马尾区船政、沿山两社区健身辅导站队员共庆“六一”。



市直机关老体协勺园辅导站开展庆祝“六一”儿童节活动。



鼓楼区西湖柔力球队举办庆祝“六一”儿童节活动。



台江区光明港辅导站在森林公园开展欢度“六一”活动。



福州市举办第十五套健身球操推广培训班

6月20日至21日,2024年福州市老体协第十五套健身球操推广培训班在市老体活动中心举行,来自各县(市)区、市直机关以及市老体协操舞专委会的近50名健身球操骨干参加培训。市老体协副主席潞江到场指导。

培训邀请健身球操国家级裁判员、教练员程锋老师授课。程老师年近八十依然身姿矫健,她详细讲解《第十五套健身球操规定套路》,逐一示范,一遍又一遍引领学员习练动作。

学员们伴随着《南泥湾》优美的旋律舞动手中的健身球,时而跨步、时而转身,同时甩动健身球击打身体各个穴位,动作流畅舒缓、姿势优美,充分展现了老年健身爱好者们热爱生活的精神风貌和老有所乐的夕阳风采。

培训后还进行了现场考核,各县



(市)区、市直机关的学员们依次展示了所学内容,潞江副主席和程峰老师分别点评。大家表示,回去以后会勤加练习,不断推动健身球操运动开展,激发中老年人运动健身的积极性,推动老年人体育事业高质量发展。



长乐区举办基层老体协主席培训班

5月19日至23日，长乐区老体协基层老体协主席培训班在罗源举办。来自全区十八个镇乡街道和区直机关老体协主席，区老体协领导班子成员及秘书处工作人员近三十人参加培训。

学习培训班由区老体协常务副主席王洪安主持。区老体协领导班子成员陈宝国作《老年体育宣传工作》讲座，区老体协班子成员、区老年体育辅导总站站长陈学松作《辅导站建设的若干思考》主题讲座。

区老体协主席郑金德在培训班上传达了省老体协长乐调研工作会议精



神，特别是王美香主席的讲话精神，要求全区各级老体协要以省老体协调研会议精神为动力，认真回顾总结上半年工作，抓好下半年工作，努力把全年老年体育工作抓实、抓细、抓紧、抓出新成效，以优异的成绩向建国七十五周年献礼！

(陈宝国)



闽清县举办气排球教练员、裁判员培训班



6月15日，闽清县老体协在县体育中心气排球场举办2024年中老年气排球教练员、裁判员培训班，来自全县各地的40余名学员积极参与。市老体协对培训班十分重视和关心，安排魏学军、丁尚武、徐剑伟三位国家级裁判员赴闽清任教。

培训中，三位授课老师分别就中老年气排球的竞赛规则，教练员应具备的工作能力，如何提高裁判员的赛场控制与执哨能力等方面的内容进行了详细讲解，并对执裁工作中的疑难问题进行解答。

在场地实际教学中，授课老师为学员们示范了发球、传球、垫球、托翻顶球的标准姿势；详细剖析了气排球技战术。随后，学员们进行分组，实际演练气排球裁判的临场操作，并实地进行了临场比赛裁判现场交流。

经过一天的紧张学习，培训班圆满结束。参加培训的学员纷纷表示，此次培训从理论到现场指导均生动形象、内容丰富，大家的执教能力和裁判技巧得到很大提升。

(张景光 朱丹)

加强骨干培训 提升项目水平



5月底6月初,我市各级老体协开展各类老体健身项目的骨干培训,培养项目队伍,提升技术水平,多方面地促进老年人体育事业的发展与老年人生活质量的提升。



5月18日至19日,市直机关老体协在市老体中心举办健身气功八段锦培训班,共有32个单位、66名离退休干部参加培训。

本次培训由国家级社会体育指导员王美珠主讲,黄秀兰、刘海燕示范。培训将理论与实践教学相结合,王美珠老师深入浅出,从基本动作进行讲解,耐心细致地逐一示范,把每个动作

要领阐述得十分到位。学员们以饱满的热情投入到学习之中,力求准确、规范地掌握八段锦的每个动作。

培训尾声,大家跟随音乐,一招一式缓慢柔和、屈伸拧转,将气功八段锦以柔克刚、急缓相间的风格展现得淋漓尽致,在张弛有度、气定神闲中充分展现了健身气功的内涵和魅力。

(杜素冰 王美珠)

5月21日至28日，永泰县老体协在活动中心太极拳剑场地开展太极拳剑集训，从由各辅导站选送的太极拳剑好手中优中选优，遴选出8名队员，由县辅导总站总辅导员施平女士担任教练，叶兰萍任队长，每天利用早晨两个小时时间进行集中训练，

集训中，教练精心指导、言传身教，队长认真负责、保障到位，队员服



从安排、刻苦训练，经过一周的训练，队员们的太极拳剑水平有了明显提高。

(张智雄)



5月24日至26日，罗源县老体协在三连片门球场举办2024年门球骨干培训班，共有16位新老队员参加培训。

县老体协常务副主席兼秘书长郑信光亲自制定了训练计划，对过门、撞击、擦边、闪送等几项基本功都做出明确要求，要求师徒结对，教学相长，找短板、克难关、增实力，精益求精。三天的培训中，球员们认真学习、用心交流、共同进步，有几个骨干学员还利用晚上时间到球场挑灯夜练，精神可嘉。

(郑信光)

6月8日至9日，福州市直机关老体协健身秧歌培训班在市老体中心举办，来自市直机关各单位的退休干部和市直老体协部分辅导站的健身秧歌骨干60余人参加了培训。

本次培训由市直机关老体协秧歌队队长刘若云老师主讲，郑秀美老师任助教。刘若云老师以小节为单位，对秧歌舞动作进行分解，为学员们示范标准动作，耐心细致地讲解每一个动作要领。



正值初夏，天气炎热，学员们汗如雨下，但大家学习兴趣高涨，他们认真听取讲解，反复练习。在老师和学员的共同努力下，经过两天的培训，大家较熟练地掌握了全套动作。

(杜素冰)



6月8日、9日及11日，罗源县老体协在9楼多功能厅举办全县太极拳剑骨干队员提升培训班，来自各辅导站点的30名队员参加培训，县老体协

主席柯受安及班子成员到场指导。

培训班由县协总辅导员林碧芳和副总辅导黄月娟两位老师全程指导。培训中，学员们刻苦学习，反复习练，太极拳剑技能得到全面提升。三天的培训结束后，各骨干学员带着学习的成果回到各自辅导点，普及老年人太极拳剑技艺，提高老年人健康水平，真正做到老有所为、老有所乐。

(林强)



6月6日上午,台江区鳌峰苑社区老体协举办端午主题文体活动。



6月10日,马尾青州社区健身彩带龙队员们舞龙健身表演庆祝端午。



6月10日,台江区上海新苑社区老体协参加“浓情粽意话端午 凝心聚力保平安”活动。



6月7日上午,仓山区老体协举办迎端午挂新牌暨文体交流活动。



6月10日,福清市东张镇老体协举办“粽情端午,安康伴你行”联谊演唱会。



6月11日,长乐区直机关老体协举办迎端午三人友谊赛。



闽侯县老体协甘蔗健身辅导站参加甘蔗街道三福社区端午主题活动。



端午期间，闽清县金沙镇老体协进村入户，慰问百岁老人。



5月30日，鼓楼区五凤街道老体协与多家单位联合开展端午节主题活动。



端午期间，闽侯县老体协荆溪镇分会开展“节日感党恩·共话新时代”系列活动。



6月7日，福清市新厝镇老体协与双屿村老体协等联合举办端午敬老助老活动。



6月10日，连江县老年人时装模特队举办迎端午服装模特造型展示。

初心如“磐” “柔”出精彩



2024年是仓山区柔力球队成立的第12个年头，区柔力球队的队员们十二年如一日，风雨无阻坚持健身，成为了一道独特的风景线，在福州柔力球运动中悄然绽放。

柔力球运动是一项集运动、娱乐和健身于一体的运动项目。它既需要技巧和体力，还需要团队的合作和配合。在仓山区柔力球队中，队员们互相鼓励，互相支持，共同进步。她们相信，只有坚持不懈，才能取得更好的成绩。

十二年来，队员们始终保持着激情，她们曾多次参加省、市柔力球交流，无论是面对强敌还是困难，她们都

没有退缩，而是勇往直前，用汗水和努力诠释着“柔力”的真谛。

在队长吴亚琼、副队长李健带领下，队员们挥拍起舞，让每一个动作都充满了力量 and 美感。队员们坚信，只有坚持不懈的训练，才能提高自己的技术水平，才能让球队变得更加强大。她们不仅在技术上精益求精，更在精神层面上传承着柔力球的精髓。

她们的坚持和努力得到了老体协的认可和支持，也吸引了越来越多的人加入柔力球健身，先后发展出江心柔力球队、金山柔力球队两支柔力球队，队员早已超过百人。她们用自己的行动告诉我们，只有坚持不懈，才能取得成功。她们的故事，让我们看到了坚持的力量，也让我们感受到了运动的魅力。

(黄光铃)

闽侯荆溪：大佳门球大家玩

闽侯县荆溪镇大佳社区门球基地是闽侯县老体协重点打造的老体活动场所，也是社区及周边老年朋友休闲娱乐健身好去处。

大佳门球场占地 500 多平方米，2013 年由闽侯县老体协拨款建成，2022 年更换新草皮。门球场一侧的墙上，挂满了球队历届在外比赛的奖牌奖状和照片。

每当天气晴好，气温适宜的时候，就能看到大佳社区老年朋友头戴鸭舌帽，身着运动装，拎着小水杯，三五成群的走进门球场，开始了心之所仪的门球运动。

开球、击打，进球，场上双方你来我往，趣味无穷，越来越多的老年人涌入门球场。伴随着“我健康、我快乐”，



“门球很有吸引力，钻进去就出不来了”的口号，老年人在这里广交朋友、获取快乐，养成了科学健身的好习惯。

有了规范的门球场地设施，大佳社区门球场越来越受到门球爱好者的青睐，周边区县的门球队经常来此交流，切磋球艺。2024 年，社区门球场被选为闽侯县“海峡两岸”门球交流赛的赛场，这里良好的运动氛围、周到的服务及热情好客的态度获得了参赛运动员的一致称赞。

(刘景香 林岳铿)



5月18日至19日，福清市老体协举办门球运动员培训班。



5月20日，晋安区老体协在区老年大学举办康乐大讲堂，普及中医知识。



5月24日，鼓楼区华大街道及屏山社区老体协举办2024年乒乓友谊赛。



5月20日，连江潘渡镇老体协贵安新雁社区辅导站开展健身秧歌《惠女风情》培训。



5月26日，由营前街道老体协承办的长乐区老体协第五轮气排球轮值赛开赛。



5月29日，马尾老体协船政社区辅导站健身队参加新型婚育文化主题宣传活动。



5月29日至31日，福清市东瀚镇老体协赴各村老体协调研。



6月2日，闽清县坂东镇老体协举办2024老年人气排球邀请赛。



6月1日至3日，罗源县老体协举办智力活动项目培训班。



6月4日，闽侯县老体协与县环保协会联合举办2024年世界环境日文艺汇演。



6月15日，福清市老体协举办2024年老年人女子气排球轮值赛。



推广武术进校园 传承文化强体魄

编辑委员会

主任：阮孝应

副主任：张涵 李平

执行主任：卢湘玉

策划：刘明辉

编辑：朱斌

封面摄影：林健

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7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：fzsltx2020@163.com

发送对象：福州市各级老体协

印刷数量：1300册