

# 市民满心期待这场冰雪盛宴

## ——“办好一赛事，提升一座城”系列报道之二

办好一赛事，提升一座城。

2023年中国冰壶联赛(西宁站)于2023年12月25日至2024年1月1日在西宁多巴举办。随着全国冰壶联赛的临近，西宁市民沸腾了!冰雪西宁沸腾了!

看!激情昂扬的冰上运动、银装素裹的冰雪风景,让人无不期待这场冰雪盛宴的来临!

### 冰雪运动成为新时尚

“来看我示范,身体前倾,注意脚下动作,保持重心、稳住!”在西宁市市民中心的滑冰场,教练郭秋霞正指导前来开展滑冰训练的“运动小将”。孩子们在教练的指导下,脚踩滑冰鞋,仿佛踏上“风火轮”一样,你追我赶,风驰电掣,呼啸而过,轻盈的身影犹如空中飞翔的燕子,又似水中欢悦的鱼儿,热血沸腾的身影和欢快爽朗的笑声在冰球馆回荡。

冰壶、冰球、冰刀、滑雪……越来越多的冰上运动走出赛场走到西宁市民身边。

“冰雪运动从小众竞技运动到大众时尚生活方式的升级,冰雪运动飞入寻常百姓家成为大势所趋。一些更适合普通人的冰雪新玩法也纳入到广义的冰雪运动当中,成为西宁市人尤其是西宁市年轻人追求健康、亲近自然的方式。我们现在开设的课程有冰壶、冰球、滑冰等,主要针对中小學生。”西宁市世纪星冰

上体育中心总经理霍加开说。除了室内冰上运动,滑雪、雪圈等户外冰雪运动同样受到市民青睐,鹈鹕沟康乐山庄滑雪场负责人告诉记者:“每年寒假,滑雪、雪上娱乐成为不少家长亲子活动的首选,不少游客一早就装备齐全地投入到银装素裹的世界,呼吸着清新的空气,享受着冰天雪地里独有的情趣。”

据了解,近年来,我省大力推动“冰雪运动进校园”,多个学校在冰球馆开设滑冰、冰球等社团课程,通过多种形式,来提高学生对冰雪运动的兴趣。西宁市四季开放的冰雪运动场地,让冰雪运动打破了过去受地域局限、场地不足、缺乏专业指导的壁垒,为大众生活和青少年成长带来了更加多元的价值。

### 冰雪西宁迎来八方游客

无论是宗家沟五彩斑斓的冰灯,还是卡阳浪漫静谧的“林海雪原”,抑或三五好友来一场酣畅淋漓的滑雪比赛……这个冬天,西宁总能带给游客不一样的体验。

为丰富我市冬春季文化旅游活动,激活冬春季文化旅游市场,满足人民群众多元化消费需求,今冬明春,以“冬游

西宁·为宁而来”为主题,我市策划推出2023—2024年西宁市冬春季系列文化旅游系列活动,主要由欢乐冰雪游、民俗体验游、“citywalk”冬游西宁主题线路推广季三大板块近30项活动内容组成。欢乐冰雪游主要包括“冬游西宁”文化旅游活动启动仪式暨第十三届冰雪欢乐季开幕式、宗家沟第六届冰雪文化旅游艺术活动、“冬游西区”冰雪冬令营活动、游冬季乡村·结冰雪奇缘等11项活动组成,分别在大通县、湟中区、湟源县和城西区开展;民俗体验游主要包括第三届“遇见湟中”河湟民俗文化艺术活动、丹噶尔民俗文化体验游、回老家湟中·过非遗大年、“祈福新年·暖冬礼遇”年货大集、城西区第一届新春游园会等16项活动组成,通过举办独具特色的民俗体验活动,营造浓郁的冬日氛围;“citywalk”微游西宁活动,通过举办“citywalk 冬游西宁”——城市微游产品发布会、城市探寻计划、“citywalk——冬游西宁”抖音话题挑战赛、发布西宁市冬春季特色文旅活动和微游西宁主题线路等活动,宣传推广我市冬季旅游微游产品线路,打造“冬游西宁”文旅品牌。

(记者 张艳艳)



## 晚报带你看冰壶比赛(四)

距离中国冰壶联赛(西宁站)开幕还有5天,此前看过冰壶赛视频的观众一定看到过这样的情景,冰壶赛中,场上的队员们拿着毛刷要在冰面上不停地刷,那么慢悠悠滑行的冰壶和不断摩擦的刷子间到底是怎么配合的?冰壶到底“刷”的是啥?为什么要刷冰面?赛场冰面又是用什么水制作的?这些答案这期晚报带你看冰壶比赛将一一为您解答。

冰壶到底“刷”的是啥?

刷的其实是小冰粒!制冰师要在冰面上均匀喷洒纯净水,形成均匀的冰粒,也就是“打点”。

这些冰粒在冰壶下方创造出空间,某种程度上减少了摩擦,并且考虑到冰壶底部呈凹陷状,这个小小的空间也阻止冰壶吸附到冰面上。当其滑行于冰面时,会使冰粒微微融化并形成另一层薄薄的水,这样冰壶就可以更平稳地滑行了。

为什么要刷冰面?

通过刷冰可以瞬时提高冰的表面温度,使冰壶走得更远。刷得越用力,冰珠顶部就融化得越多、变得更滑。反之,如果壶离圆垒或圆心足够近,不需要滑行太远,刷冰员也就不需要过于用力刷冰。有各种各样的刷子——

玉米刷、马毛刷,以及更高端的合成纤维刷。

此外,刷冰员沿着冰壶滑行的轨迹刷冰,还能改变冰壶运动的方向或速度。

既要控制冰壶运动方向又要控制冰壶运动速度的精髓就在这里!

赛场冰面用什么水制作?

冰壶场地不接受水有杂质,这种水可不是从家里水龙头就能接出来的自来水,而是经过净化的去离子水。

这种水结冰的速度更快、硬度更高,可以让刷冰效果达到最佳。最重要的是,因为其物理性质,制作出的冰粒可以保持长时间坚挺,持续整场比赛。

(记者 王琼 整理)



## 宪法宣传进军营 为官兵送上“法治大餐”

官兵的欢迎和喜爱。

官兵们纷纷表示,“通过此次活动,加深了对法律的理解,增强了法治观念,在今后的工作和生活中将进一步加强学法、守法、用法,维护宪法权威。”

### 为官兵送去了一份“法治大餐”

活动中还为驻宁部队官兵们发放了《宪法》《退役军人保障法》《民法典》《法律援助典型案例汇编》读本、退役士兵安置政策、法律援助卡等法律读本和宣传册近千份,法治文化产品100余份和普法学法“大礼包”。在现场,还为官兵提供了“零距离”“一对一”的法律咨询服务,专业人士对他们提出的法律问题一一进行解答,引导大家运用法律手段维护合法权益,做到知法、懂法、守法、用法。市公共法律服务中心联合律师事务所与中国人民解放军某部以“法律服务进军营 携手共建促发展”为主题,建立开展双拥共建协同合作协议,进一步发扬了军民团结共建社会主义精神文明的优良传统,充分营造了法治建设的良好氛围。

驻宁部队官兵表示以后将一如既往发挥部队优势,支持和关注西宁经济社会发展,同时将以“宪法进军营”活动为载体,强化部队官兵学法、知法、守法、用法意识,把依法治军、从严治军落到实处。

### 用法律守护最可爱的人

据了解,2023年全市退役军人系统联合司法部门充分发挥公共法律服务职能作用,组织律师到部队开展法律宣传,解答法律咨询300余人次,发放宣传册1000余份;鼓励支持律师事务所以及法律服务所参与现役、退役军人法律服务优待项目,为现役、退役军人提供法律咨询免费、其他各类法律服务5折优惠的待遇,为军人家属提供方便、快捷、规范的法律服务;结合学习宣传贯彻党的二十大精神 and 主题教育,扎实开展“我为群众办实事”活动,开辟军人家属法律援助通道,为持有军人证明、军属证明的军人家属开辟“绿色通道”,做到当日申请、当日审批、当日指派,实现“应援尽援”“应援快援”。

下一步,我市将继续加大宣传力度,不断创新送法进军营活动的内容及形式,拓宽宣传渠道,持续开展《宪法》《军人地位和权益保障法》《退役军人保障法》等法律法规宣传活动,为部队官兵提供更加优质高效的法治宣传活动和法律援助服务,切实帮助军人家属排忧解难,以实际行动维护他们的合法权益,给绿色军营送去“法治温暖”,为新时代强军事业提供更加优质高效的法律服务。为构建法治军营,依法治市贡献新的更大力量。

本报讯(记者 王琼)为推动全社会形成崇尚宪法、维护宪法权威的观念,进一步强化军人宪法意识,营造尊法守法用法浓厚氛围,切实做好军人的法律服务保障工作,巩固新时代新型军政军民团结,在第十个国家“宪法日”之际,全市退役军人事务系统联合司法部门及律师事务所广泛开展“宪法宣传进军营活动”。

### 回应热点法律问题

活动主要以《宪法》《军人地位和权益保

障法》《退役军人保障法》《民法典》等法律法规为主要内容,围绕宪法修改的重大意义、总体要求和宪法修正案的形成过程及习近平新时代中国特色社会主义思想在国家政治和社会生活中的指导地位,对宪法修正案进行了深入解读,向部队官兵介绍了法律出台的相关背景、意义及其构成体系,结合法律法规和真实案例,围绕军人家属广泛关心的合同、物权、婚姻家庭、个人信息保护、侵权责任等法律热点问题详细讲解,为部队官兵送上了一场丰盛的法律盛会,深受广大