

“太极赵奶奶” 棒棒哒!

银发风采

建立太极拳运动协会

赵建军退休前是一名专业武术运动员,出于对太极拳和体育事业的热爱,2017年发起并组建兰州市七里河区太极拳运动协会。最初,协会只有十几名成员,如今已发展成为拥有12支团队、成员达200多人的太极拳队伍,团队成员平均年龄65岁。

赵会长回忆说,太极拳协会刚开始组建时,存在缺乏场地、人员以及活动经费等诸多困难。经过多年的不懈努力,太极拳运动已在七里河区广泛普及,并且拥有了众多爱好者。“我们能够发展到今天,离不开七里河区文化和旅游局以及七里河区民政局的鼎力支持,他们不仅为我们提供活动场地,还从各方面给予了大力支持和帮助。”

随着队伍的逐渐壮大,协会面临着没有固定办公室的问题,队员们毫不犹豫地腾出自己的房屋作为临时办公室。“这种团结一心、共克时艰的精神,正是太极拳协会不断发展壮大的关键所在。”赵建军说。

拳友们对她赞不绝口

赵奶奶带领太极爱好者健身。



提起赵建军,拳友们赞不绝口——她是国家一级裁判员和国家级社会体育指导员,更是兰州市百名优秀老拳师

之一。如今,她已年过七十,但每周仍坚持在城关区、七里河区之间奔波,为学员们传授太极拳技艺。

功夫不负有心人。自2018年以来,在历届兰马赛群众文艺展演中,太极拳协会从未缺席,从组织人员编排、日常训练到集中彩排,都能看见赵会长忙碌的身影。今年的兰马展演自从3月份接到通知后,赵建军结合黄河楼的独特地形,精心策划了“天地人双扇健身操”,为兰马赛事带来一场精彩纷呈的视觉盛宴。

近几年来,赵建军带着学员们参加过省、市各类比赛,在甘肃省第二届全民健身运动会太极拳比赛荣获集体第二名、团体总分第一名的好成绩,并且在2020年兰州市全民健身运动会武术比赛中获得一、二等奖等荣誉。

传授太极拳推广全民健身

“我退休后心里一直空落落的,在这里练了一段时间太极拳,感觉大家在一起很快乐。”一位拳友说道。

“原来我怕冷,身材特别僵硬,大热天出门都要穿上外套,八段锦有一式是‘双手攀足固肾腰’,要直腿弯腰两掌沿地面前伸,最多只能碰到膝盖。”说着,王阿姨已利落地弯下腰,展示了自己多

年打太极拳的成效。赵会长告诉记者,很多来我们这儿中老年人最初都是抱着改善身体素质试试看的态度,结果一发不可收,享受着太极拳带来的轻灵圆活、中正安舒的健身体验。

这些年来,赵建军带领学员们活跃在兰州市全民健身一线,诠释着当代老年人积极进取、向着幸福出发的生活热

情。她们还义务传授太极拳,将太极拳法的一招一式分享给更多学员,“弘扬和传承太极拳,我有一份责任。”赵建军说,希望更多“拳友”加入到太极拳队伍,弘扬传统文化,推广全民健身运动。

文/图 奔流新闻·兰州晨报
记者 张雪芬



暖新闻

老人摔倒在地 网格员暖心救助

近日,居住在七里河区敦煌路街道光华街社区辖区居民田阿姨的女儿将一面锦旗送到光华街社区,感谢网格员任春花和王勤勤对她母亲的帮助。

前几日,任春花和王勤勤在光华街丁字路口进行日常巡查时,偶遇买完菜回家的田阿姨。因上了年纪,田阿姨在上台阶时不慎踩空,头一下子撞在了地上,袋子

里的菜散落一地。两人见状急忙上前,一边关切地询问,一边缓缓将老人扶起坐到旁边的椅子上。

因受到惊吓,田阿姨无法提供家人的准确信息。任春花随即迅速拨打了120急救电话,并将此事汇报给社区。她们在等待医务人员期间一直守在田阿姨旁边。就在此时,一位邻居正好路过,便立即帮

忙联系家属。几分钟后,120救护车和田阿姨的家属都赶了过来。医护人员在对老人进行了初步检查后,将其送往了医院。

“感谢你们及时伸出援手,我母亲才能及时做骨折手术,现在恢复的也挺好,为你们点赞!”田阿姨女儿说。

奔流新闻·兰州晨报
通讯员 任春花 记者 张雪芬

民勤县红砂岗工业园区制汽站有限责任公司新建110吨流化床锅炉配套蒸汽管网综合提升项目
环境影响评价征求意见稿公示

一、查阅报告书的方式和途径 链接:https://pan.baidu.com/s/1Ratrem_AcIMpDh--etY2dw 提取码:ts3c 查阅方式和途径:通过邮寄或现场查阅 建设单位:民勤县红砂岗工业园区制汽站有限责任公司 联系电话:文建华 18809311119 邮箱:549162516@qq.com 地址:甘肃省武威民勤红砂岗能源化工工业集中区 环评单位:众旺达(宁夏)技术咨询有限公司 联系电话:0955-6556055 邮箱:3273989299@qq.com 地址:中卫市沙坡头区文昌镇蔡桥新村东门外
二、征求意见的公众范围 受项目直接或间接影响的公民、法人和其他组织
三、公众意见表的网络链接 链接:https://pan.baidu.com/s/1j6M3lexN_qEculbCMfgIA 提取码:74qx
四、公众提出意见的方式和途径 可通过邮寄等方式将有关的意见和建议进行反馈
五、公众提出意见的起止时间 自公示之日起10个工作日

民勤县红砂岗工业园区制汽站有限责任公司
2024.6.11

家政清洗

专业疏通

旧房翻新

砸墙、刷墙、木工、瓦工、新门面装修、水电暖改造。
133 6943 8686

低价通下水

13893629095

王琼妇联家政

二十二年诚信经营 口碑铸就品牌
保姆、月嫂、做饭工、育婴师、催乳师
临夏路83号(派出所楼上)1015室 8460554 微信号 13909401872

老兵水暖、疏通

修上下水管道 13109366662

专业拆除

婚姻媒介

专业拆除

房屋拆除、拆广告、装璜拆除、拆彩钢、土石方工程、拆烟囱、垃圾外运。
156 9327 2515

宋先生,48岁,1.74米,身体健康。离异,一孩一女带。有房有车,私企上班月薪5千,现觅一位年龄相仿、身体健康、性格温和的女性为伴组建家庭共同生活。有意者电联 13659424132

声明

遗失甘肃省甘谷县大庄镇松树岔村村民委员会(54620523ME090633XY)行政公章一枚声明作废。

声明

遗失甘肃烟草兰州城关区公司汽车站卷烟批发部公章一枚,社会统一信用代码:91620102MA739C5R7L,特此声明作废。

声明

遗失甘肃省烟草公司兰州市城关区云南卷烟专营店公章一枚,社会统一信用代码:91620102MA72795578,特此声明作废。

声明

遗失甘肃烟草兰州城关区公司汽车站卷烟批发部公章一枚,社会统一信用代码:91620102MA739C5R7L,特此声明作废。

声明

遗失甘肃省烟草公司兰州市城关区云南卷烟专营店公章一枚,社会统一信用代码:91620102MA72795578,特此声明作废。

声明

遗失兰州金马贸易公司第二经销部公章一枚,社会统一信用代码:91620102MA72BTM782,特此声明作废。

房屋出租

旺铺出租

1.平凉路一层临街商铺54㎡、67㎡;2.嘉峪关东路某小区院内房屋、库房、车库数间;3.南河路吉祥嘉苑小区内1-3层房屋3040㎡、地下室322㎡;电话:0931-8115518

失联声明

因侯彦:身份证512922*****6214 苗生财:身份证620103*****231X是我公司股东。现因注销公司,经多方联系不上,故登报寻找侯彦、苗生财协助办理相关事宜,请在登报起45日内与兰州璇宇商贸有限公司联系,逾期发生的一切经济、法律等方面的纠纷与本公司无关。联系电话 15682847367

声明

遗失甘肃烟草兰州城关区公司汽车站卷烟批发部营业执照正、副本,社会统一信用代码:91620102MA739C5R7L,特此声明作废。

声明

遗失甘肃省烟草公司兰州市城关区云南卷烟专营店营业执照正、副本,社会统一信用代码:91620102MA72795578,特此声明作废。

声明

遗失兰州金马贸易公司第二经销部营业执照正、副本,社会统一信用代码:91620102MA72BTM782,特此声明作废。

提示:省、市级行政审批和政务服务办理事项规定:《兰州晨报》为各类证件挂失、遗失声明、公告类信息指定刊登媒体!

声明

安宁区东西汇食品小铺丢失公章一枚,特此声明作废。

声明

甘肃经纬建设监理咨询有限责任公司财务章(旧入网号:6201025030166),因使用年限长,磨损严重,无法使用,现申请作废声明,重新刻制财务章。

声明

遗失甘肃省烟草公司兰州市城关区公司东岗批发部营业执照正、副本,社会统一信用代码:91620102MA74967DXY,特此声明作废。

声明

遗失甘肃省烟草公司兰州市城关区公司东岗批发部公章一枚,社会统一信用代码:91620102MA74967DXY,特此声明作废。

声明

挂失永登县武胜驿川口农业科技协会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码516201215811935168

遗失公告

郑小强遗失军人驾驶证一本,证号:wx17001378 特此声明。