

空竹绝技大PK

近日,2015年河南省第十二届老年人体育健身大会空竹交流活动在市体育村体育馆落下帷幕。

在为期两天的活动中,来自全省26支空竹表演队的238名选手,轮番上阵亮出精彩绝活儿,令人眼花缭乱。

本报记者 李英平 摄



滑板顶空竹



足上戏空竹



二十六个空竹一起舞



飞身踢空竹

2015暑期安全体验 SUMMER CAMP

夏令营!

开始报名啦!

快乐假期!安全自护!在安全中快乐一“夏”!模拟火灾现场、真人CS实战、曝光食品真相、野外寻宝拉练……我们总是告诫孩子不要下水,不要和陌生人说话,可是,一旦孩子溺水或者被拐骗了该怎么办?熊熊大火、滚滚浓烟封住了家中房门,孩子该如何逃生?

2015暑期安全拓展夏令营开始报名啦!安全演习,军事拓展,野外生存,综合历练。我们将教会孩子各种自救逃生技能,让孩子临危不乱;掌握生存自救本领,让安全为孩子的快乐暑期保驾护航!

乐在安全中,趣在野营中,收获在心中!

● 开营时间
 第一期: 7月6日-11日
 第二期: 7月13日-18日
 第三期: 8月20日-25日
 报名条件: 8-16岁青少年均可报名参加
 报名地址: 平顶山日报社教育中心
 咨询电话: **7073613 4973585**

行程安排

第1天主题: 消防安全大演练

第2天主题: 真人CS实战
 团队破冰 全副武装 红蓝对抗 阵地攻守 雷战PK

第3天主题: 我是特种兵
 珠行万里 高空断桥 信任背摔 绝处逢生 军事观影

第4天主题:
 上午 诱人食品曝真相(实物现场实验)
 冰糖雪梨: 香甜味道从哪来?
 诱人枣糕: 商家添了什么料?
 果汁脱色: 掺的色素真不少?
 碳酸饮料: 腐蚀牙齿多厉害?

下午 水中遇险咋自救
 不慎溺水自救法
 水草缠绕脱身法
 水中抽筋恢复法
 身陷漩涡避开法
 另有水上项目: 水上泅渡 风雨同舟

第5天主题: 野外生存综合自救
 野外拉练 丛林寻宝 自制野炊 综合自救
 综合自救: 在野外生存训练中,将加入野外包扎止血、轿车逃生暗道、孩子接送密码、电梯被困自救、烧伤处理办法、辨别燃气泄漏、挑选放心西瓜等方法和实验

第6天主题: 奔跑吧少年
 撕名牌大战 感恩父母 体验分享 结营仪式 平安返程