

江苏全运旗手邱健：这一次终于圆梦！



邱健

2008年北京奥运会,邱健获得射击男子50米步枪三种姿势冠军

9月15日晚7点30分,第十四届全运会开幕式将在陕西西安举行。江苏代表团旗手,北京奥运会射击冠军邱健在全运会射击馆接受了扬子晚报记者采访。谈到当选旗手,邱健表示,感谢江苏体育代表团的信任,让自己圆梦。

扬子晚报/紫牛新闻记者 黄啟元

奥运冠军也有未圆的梦

邱健1975年6月出生于江苏淮安,1991年加入淮安市射击队,1993年进入江苏省射击队,2000年入选国家射击队。2008年北京奥运会,邱健获得射击男子50米步枪三种姿势冠军,成为江苏射击项目首位奥运冠军。

尽管曾在奥运会上夺冠,但担任火炬手或者旗手一直是邱健未圆的梦。“之前一直想当火炬手、旗手,但一直没当过,这次是圆梦了!”谈到当选开幕式旗手,邱健这位“老将”也很难淡定,“说实话,当运动员也好、教练员也好,能有幸当火炬手、旗手,都是荣耀,这次能让我当旗手,我感觉特别开心。让我当旗手,我很希望自己能体现江苏体育人的面貌。”

对于即将到来的开幕式,邱健坦言“压力山大”,“我觉得,我展现出老将沉

稳的一面,就是最好的。”

谁说体育人头脑简单

北京奥运会是邱健第一次参加奥运会,也是最后一次。因为2005年开始改练三姿,邱健的右膝关节严重受损,加上2008年邱健已经33岁,体力和状态不比年轻运动员,完成奥运梦的邱健在2008年底选择了退役。退役后,他毫不犹豫地选择回到江苏,从教练到领队,一直为江苏射击事业贡献着力量。

从台前到幕后,角色在变,但邱健对射击的初心始终未改。记者了解到,邱健在日常的训练中非常严格,但是这种严格却深受队员们的喜爱,“把每一个队员当成自己家的小孩,无所保留地把自己的技术和经验教给他们,并且时时关心和爱护他们。这样队员也

会信任你,才能把射击练好。”

“很多人都认为体育人头脑简单四肢发达,而事实并非如此。”邱健对于培养年轻队员有一套自己的方法,他认为掌握文化知识对于运动员的悟性和自我调节能力都非常有帮助。

“运动员在场上,不仅仅要跟对手斗智斗勇,还要和自己做斗争,必须随时随地保持一个清新的头脑,完全投入,才能发挥出最好的水平。”

时代让年轻人更努力

东京奥运会上,21岁的射击小将杨倩为中国代表团射落东京奥运会首金,江苏年仅16岁的小将盛李豪斩获银牌,获得江苏代表团第一枚奖牌,“00后”的运动员已经挑起了大梁。对此,邱健表示,长江后浪推前浪是必然,

时代让年轻运动员变得更加努力。

“我们以前小时候队里没有那么多的世界冠军,现在不一样,世界冠军、奥运冠军很多,这也让很多年轻选手更加的有动力了。”

对于小将盛李豪,邱健赞不绝口,“盛李豪一直以来的表现都非常的稳定,能拿下一枚银牌是努力的结果。”

与此同时,邱健表示全民健身的推广对竞技体育发展起到了重要的作用。“全民健身让更多的人参与到体育中来,竞技体育的关注度也在提升,这也让不少运动员变得有压力,比赛中也更加投入,他们希望把最好的自己展现到大家的面前。”

对于年轻运动员的未来,邱健眼神中充满期盼,他寄语道:“希望年轻一代运动员好好努力,牢记为国争光。”

打卡

学习强国 xuexi.cn

紫牛

在江苏频道等你!

锁定云闪付,定好闹钟拼手速! 9月16日20时,南京消费券首轮开抢!

为积极贯彻落实江苏省政府“苏政30条”关于鼓励发放消费券的举措,按照南京市政府支持企业稳定发展“十项举措”,大力促进消费惠民,南京市将在中秋节、国庆节期间分三轮发放5000万元电子消费券,首轮投放将在9月16日20:00开始。银联云闪付APP将作为本次消费券主要发放平台之一。

一、投放时间
第一轮:9月16日20:00投放
第二轮:9月26日20:00投放
第三轮:10月5日20:00投放
二、投放方式
本次消费券采用线上抢券模式发放。活动结束后,全体在宁人员(含外地来宁人员)及南京都市圈城市市民均可通过云闪付APP参与抢券。

三、消费券种类及领取规则
“南京消费券”包括商场超市消费券、餐饮消费券和锦鲤消费券三种。每轮发放期间,每人(以通过实名认证的账号所绑定的身份证号码为准)在云闪付APP最多可抢一张商场超市消费券或餐饮消费券。锦鲤消费券获得者将在使用完商场超市消费券或餐饮消费券的用户中抽取。

四、使用规则
1. 商场超市消费券面额为20元,可在南京市内参与活动的购物中心、百货店、专卖店、超市、便利店等使用(以云闪付APP“生活”频道展示或商户店内指示为准)。单笔消费

满50元以上(含50元)使用,一次性使用,不找零、不重复使用;每笔消费限用一张消费券,可叠加享受平台和商户的其它优惠活动;消费券自发放之日起7天内有效,过期作废(首轮消费券请在9月22日23:59:59前使用)。

2. 餐饮消费券面额为50元,可在南京市内参与活动的餐饮门店使用(以云闪付APP“生活”频道展示或商户店内指示为准)。单笔消费满100元以上(含100元)使用,一次性使用,不找零、不重复使用;每笔消费限用一张消费券,可叠加享受平台和餐饮商户的其它优惠活动;消费券自发放之日起7天内有效,过期作废(首轮消费券请在9月22日23:59:59前使用)。

3. 锦鲤消费券额度为5000元(含2000元面额券2张,1000元面额券1张),由平台负责抽取,可在南京市内参与相应平台消费券发放活动的商户门店使用。三张券不可叠加使用,不找零、不重复使用,每次消费金额需高于消费券面额,可叠加享受平台和商户的其它优惠活动;锦鲤消费券自发放之日起14天内有效,过期作废。

五、商户参与要求
有意向参与本次活动的商场超市类(购物中心、百货店、专卖店、超市、便利店等)和餐饮类商户按照自愿原则,可通过云闪付APP南京消费券入口

一、商户报名入口自主申报,通过审核后参与活动。申请商户应符合上述类别范围,注册登记在南京市、已开业的线下实体店(企业和个体工商户)。活动期间,有违法违规行为的商户,将被列入不诚信单位名单,取消参与资格;情节严重者,将交由相关执法部门处理。

六、银联云闪付APP抢券指南
全体在宁人员(含外地来宁人员)和南京都市圈城市市民均可参与银联云闪付APP消费券的抢券活动。

一、抢券入口:云闪付APP
二、操作流程:

- (1) 打开云闪付APP,在云闪付首页点击“南京消费券”入口,进入抢券页面。
- (2) 在两种消费券中任选一种点击抢券,先到先得。
- (3) 已获取的“南京消费券”,可在云闪付“我的票券”中查看。
- (4) 参加消费券活动的商户均在云闪付APP“生活”频道由近向远展示,用户在支付时点击云闪付首页的“扫一扫”或“付款码”功能,调取银联二维码进行支付,消费券将按照使用规则自动抵扣。

温馨提示
本次消费券发放和使用中,我们倡导您健康消费、安心消费、低碳消费;各商家也将视情况推出部分让利等优惠,并严格落实测温、验码、戴口罩、“一米线”等防控措施。



南京消费券

健康消费 文明在宁

餐饮券

满100 减50

商场超市券

满50 减20

活动对象

全体在宁人员(含外地来宁人员)及南京都市圈城市市民(需下载云闪付APP并完成实名认证)



下载并使用云闪付APP



南京消费券小程序(用云闪付APP扫码)

市民在指定抢券时间打开云闪付APP,在云闪付首页点击“南京消费券”入口参与抢券。

餐饮消费券面额50元,满100元(含)可使用,商场超市消费券面额20元,满50元(含)可使用。

消费券有效期为发放日(含)起7个自然日。同一用户在每轮活动的两个类型消费券中限领取一张消费券,先到先得。每个活动轮次中,使用完成消费券核销的消费者,可参与锦鲤消费券的抽奖。

活动商户可在云闪付APP“生活”频道查看,用户在支付时点击云闪付首页的“扫一扫”或“付款码”功能,调取银联二维码进行支付,消费券将自动抵扣金额。

详见云闪付APP或咨询95516