

拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会赛事持续进行 台球赛事火热开赛

拉萨融媒讯(记者白央)6月10日,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会台球比赛在天河台球俱乐部正式开赛。本次赛事开设中式八球个人赛、斯诺克个人赛两个小项,汇聚全市66名台球运动员同台竞技,以球会友、一展球技。

比赛现场氛围紧张有序,方寸球台之上,各位参赛选手俯身架杆、精准瞄准、平稳出杆,娴熟把控击球角度与母球走位,攻防博弈精彩纷呈,为现场观众带来了一场观赏性十足的台球竞技盛宴。赛场同步配备专业电子计分大屏,实时更新双方对战比分,赛事数据公开透明,有效保障了整场比赛高效平稳推进。赛事裁判浦攀介绍,本次比赛共配备12名裁判,所有人员均接受过专业培训。赛事将严格依照竞赛规则执

裁,坚守公平、公正、公开原则,圆满完成各项判罚,全力保障赛场秩序与赛事顺利举办。

此次台球比赛,是拉萨市第二届运动会群众体育竞技板块的重要组成部分,立足群众体育需求,搭建起全市台球爱好者切磋球技、沟通交流、共同进步的优质平台,进一步丰富了广大市民群众的体育文化生活,持续推动全民健身理念深入人心,助力拉萨市群众体育事业高质量发展。

来自教育系统的选手青贡色说:“非常感谢拉萨搭建本次比赛平台,我平日喜爱斯诺克,借此机会能和大家切磋交流、共同进步。接下来我会全力以赴,发挥出最佳水平,也祝愿所有选手都能赛出风采。”

据悉,本次台球赛事赛程为期三天,全程执行单败淘汰赛制。所有晋级正赛的选手通过抽签确定对



图为拉萨市第二届运动会斯诺克台球比赛现场。拉萨融媒记者 白央摄

战分组,赛程安排清晰明确:赛事首日开展32进16淘汰赛;6月11日进行16进8淘汰赛;6月12日依次开

展半决赛与决赛,最终决出中式八球、斯诺克两个竞赛项目各组别冠军季军及全部优胜奖项。

乒乓球赛精彩启幕

拉萨融媒讯(记者白央)6月11日,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会乒乓球比赛在市民群众文化体育中心开赛。本次赛事为期三天,设有男子单打、女子单打、男子双打、女子双打、混合双打五个项目,全市乒乓球爱好者齐聚赛场,以球会友、同台竞技,尽情展现国球魅力。

赛场上,选手们个个精神抖擞、专注投入,凭借娴熟的球技展开激烈角逐。赛场之外,医护人员全程在岗,开展医疗急救等保障工作,及时处置各类突发状况,为参赛选手筑牢健康安全防线。

参赛选手黄伟虎本次报名参加男单与混双项目。他坦言,主办方举办此次大型赛事,为广大爱好者

搭建了切磋球技、增进友谊的优质平台,机会十分难得。他期盼今后能有更多同类赛事,带领大家共同提升竞技水平。

据介绍,本次赛事赛制规范、规则明晰。11日至12日率先进行男单、女单、混双比拼,比赛分两个阶段进行:第一阶段为分组排位赛,依据小组成绩确定排名;第二阶段采

用电脑随机抽签开展淘汰赛,逐级比拼决出优胜者。13日将开展男双、女双对决,该组别采用单循环积分赛制,最终按照总分排名。

裁判长杨良田介绍,本次比赛得到各县(区)及相关单位的大力支持,参赛人数创下新高。同时,西藏乒乓球协会遴选了一批优秀裁判员负责现场执裁。“祝愿本届乒乓球赛事圆满落幕,各位运动员都能发挥最佳水平,取得理想成绩。”杨良田说。

传统体育展风采 拔河竞技聚合力

拉萨融媒讯(记者次仁卓嘎)6月11日上午,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会拔河比赛顺利举行。该赛事以传统群众体育项目为载体,充分展现我市各族干部群众团结奋进、昂扬向上的精神风貌,营造了全民参与、乐享运动的良好氛围。

本次拔河比赛共有4支代表队参赛,比赛采用单循环赛制,各队伍依次对阵、同台竞技,以综合比赛成绩决出名次,赛事过程公平规范、紧张有序。

比赛现场氛围热烈。随着裁判哨声响起,参赛队员紧握绳索、稳扎马步、重心后倾,全员凝心聚力、协同发力。紧绷的长绳来回拉锯,每一轮对抗都极具张力。队员们斗志饱满、顽强拼搏,充分展现出强劲的团队合力与坚韧毅力。赛场边,助威呐喊声此起彼伏,观众与工作人员热情高涨,充分彰显传统体育赛事的独特魅力。

比赛中,各参赛队伍严守赛事纪律,秉持“友谊第一、比赛第二”的体育风尚,文明参赛、奋勇争先,在切磋交流中增进情谊,在激烈比拼中赛出水平。经过多轮激烈角逐,当雄县代表队凭借默契配合、稳定发挥和过硬实力,斩获本次拔河比赛冠军。

赛后,赛事组委会现场举行颁奖仪式,为荣获冠、亚军的代表队颁发荣誉证书和奖金。

当雄县代表队队员斯曲多吉赛后说:“这次夺冠离不开每一位队员的坚持与配合,拔河比的不仅是力量,更是团结和韧劲。非常感谢赛事组委会提供的交流平台,我们也将把赛场上凝心聚力、拼搏进取的精神带到日常工作和生活中。”

此次拔河比赛,有效丰富了我市群众精神文化生活,进一步传承弘扬民族传统体育文化,凝聚了团队向心力和集体战斗力。

拉萨融媒讯(记者次仁卓嘎)6月11日,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会古朵比赛在北郊赛马场圆满落幕。作为本届运动会中极具民族传统代表性的自治区级非物质文化遗产代表性项目,古朵比赛吸引了来自全市各县(区)的选手同台竞技,以运动活力激活非遗生命力,展现了传统民俗体育的独特魅力与高原儿女的奋进风采。

比赛当日,赛马场艳阳高照,气氛热烈。参赛选手们精神抖擞,熟练挥舞古朵绳索,找准发力节奏,石块随着利落的抛甩动作精准飞出、稳稳落地。最终,来自达孜区参赛队的占堆以4分、用时24秒的成绩夺得第一名,来自文创园区参赛队的久美顿珠和八廓古城参赛队的强巴且达分获第二、三名。

据了解,本届运动会共设置9项竞技体育项目和9项民族传统体育项目。古朵、押加、吉切、秀兹等非遗特色赛事的集中开展,既是对西藏优秀传统文化的深入挖掘与生动展示,也是推动传统体育与全民健身深度融合的生动实践。

“下一步将持续挖掘、整理、推广各类民族传统体育项目,常态化开展传统体育赛事活动,不断拓宽非遗传承渠道,让更多群众尤其是青少年走近传统体育、爱上传统文化,持续推动拉萨民族传统体育文化创造性转化、创新性发展。”市运会民族传统体育项目单项负责人杜宏斌说。

古朵争锋赛技艺 非遗传统润高原

抱石头项目: 当雄平措达杰擦伤夺魁

拉萨融媒讯(记者齐永昌)6月11日,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会抱石头项目比赛举行,来自当雄县代表队的平措达杰以280斤的重量、49.95米的搬运距离和31秒17的成绩夺得冠军,尽管在比赛过程中肩部被石头擦伤,他仍坚持完成挑战,赢得现场观众阵阵掌声。

抱石头是一项深受藏族群众喜爱的传统力量运动,考验选手的力量、技巧与意志力。本次比赛设置250斤、280斤、300斤和350斤四档不同重量的石头,选手可根据自身能力选择挑战重量。

比赛过程紧张激烈,多位选手在初次尝试中未能成功。达孜区代表队选手洛迫江措首次试抛300斤石头失败,曲水代表队选手晋美次仁也未能抱起250斤石头。林周县代表队选手尼玛在首次挑战250斤石头失败后,稍作调整再次上场,最终成功抱起250斤巨石,以4.45米的距离、1秒33的成绩获得第三名。

获得第二名的是当雄县代表队的次仁拉加,他挑战280斤石头成功,搬运距离5.9米,用时4秒05。冠军平措达杰同样选择挑战280斤的石头。他在将石头从怀中移送至肩膀的过程中,肩部被石面擦破,但他咬牙坚持,最终走出49.95米的惊人距离,用时31秒17,大幅领先其他选手。

赛后,平措达杰说:“以前没有参加过这种活动,这是第一次来,能荣获这样的名次觉得很高兴。虽然肩膀受了伤,但是我值得。”本次抱石头项目不仅展示了传统体育的独特魅力,也体现了参赛选手顽强拼搏、不畏困难的体育精神。来自拉萨各县(区)的选手们在力量与意志的较量中,共同为观众奉献了一场精彩纷呈的民族传统体育盛宴。



图为选手们进行抱石头项目比赛。拉萨融媒记者 齐永昌摄

打牛角项目: 次仁拉加逆转夺冠 寄语三子传承拼搏精神

拉萨融媒讯(记者齐永昌)在6月11日举行的拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会打牛角项目比赛中,当雄县代表队选手次仁拉加以稳定的发挥后来居上,夺得冠军。值得一提的是,他此前已在抱石头项目中获得亚军,成为本届运动会上的“双料”奖牌得主。

打牛角是藏族传统体育项目,选手需用特制的抛石绳或鞭子击打远处设置的牛角,以命中次数和准确度计分,考验眼力、臂力与心理素质。

据大赛工作人员贡嘎亚培介绍:“本次打牛角比赛有曲水县、林周县、当雄县等6支代表队参赛,报名人数11人,实际参赛选手10人。”

比赛共进行三轮。第一轮中,除曲水县代表队选手且增多吉和当雄县代表队选手次仁拉加被打2分外,其余各队选手均为0分;第二轮,且增多吉和次仁拉加均成功打中牛角,各得

3分,其他选手依旧未能得分;第三轮,次仁拉加再次击中牛角,凭借这一关键命中成功夺冠,且增多吉获得第二名,八廓古城代表队选手且增旺扎获得第三名。

赛后,次仁拉加在接受采访时表示,自己有三个儿子,现在分别就读于二年级、三年级和六年级。“我今天获奖对三个儿子来说也是激励和鞭策,希望他们在学校也取得良好的成绩。”

作为一名传统体育项目的佼佼者,次仁拉加用力量和精准度赢得了荣誉,也希望通过自己的努力为孩子们树立榜样。他的故事也展现了藏族传统体育代代相传的精神内核——不仅追求技艺的精进,更注重品格的塑造与家风的传承。

本次打牛角比赛与抱石头等项目一道,为观众呈现了浓郁的民族风情和体育魅力,也进一步推动了拉萨市民族传统体育的普及与发展。

拉萨市市直机关事业单位工会规范化建设工作动员部署会召开

拉萨融媒讯(记者吴敏)11日,拉萨市市直机关事业单位工会规范化建设工作动员部署会在市总工会召开。会议传达学习了习近平总书记重要讲话精神并对工会规范化建设专项行动方案作出说明,三家市直单位工会依次交流发言。

市政协副主席、市总工会主席宋留柱出席会议并讲话。宋留柱强调,机关事业单位工会

是工会组织体系的重要基石,是党联系服务职工群众的前沿阵地。各单位要提高政治站位,深刻认识工会规范化建设的重大现实意义。要坚持问题导向,精准认清当前工会建设存在的短板与不足。要聚焦重点任务,全面落实规范化建设的各项举措。要压实各级责任,细化落地举措,保障三年专项行动落地见效,为建设社会主义现代化拉萨贡献工会力量。

我市多部门联动开展养老反诈宣传活动

携手反诈 聚力保民安

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁)日前,市民政局牵头,联合市公安局、市委网信办等多家部门,开展“守护银龄·远离诈骗”主题反诈宣传活动,筑牢养老钱安全防线。

活动精准聚焦养老领域高发诈骗骗局,立足本地老年人认知特点,采用双语宣传模式,让老年群众听得懂、看得明白、学得进去。现场通过张贴宣传海报、发放普法手册及宣传物资、剖析真实诈骗案例、普法答疑、反诈有奖问答等丰富形式,用通俗易懂的语言,向在场老年人细致讲解养老诈骗常见手段,反复科普“不轻信、不透露、不转账”的养老防骗核心准则,帮助老年人建立牢固的反诈思维。

本次宣传立足全域普及、全面覆盖的工作目标,在做好主场地宣

传的同时以点带面,全市各县(区)也在养老机构、社区老年日间照料中心开展相关活动。通过全方位的科普宣讲,力争将老年人反诈知识知晓率提升至95%以上,切实增强老年人群体识骗、防骗、拒骗能力,从源头降低养老领域诈骗案件发生率。拉萨市民政局社会福利科科长米玛普尺说:“下一步,我们将宣传常态化、监管严细化、联动高效化、服务暖心化、机制长效化,坚决守住老年人‘钱袋子’。”

同时,活动特邀专业医护人员开展公益眼科义诊服务,免费为老年人进行视力检测、白内障筛查等专项检查。医护人员细致为每位老人检查眼部状况,切实把暖心健康服务送到老年群众家门口,全方位守护老年人身心健康。

接地气、实用性强的宣传内容,让在场老年群众收获满满、深受警醒。市民兰忠说:“这次的宣传内容接地气、实用性强,一个个真实案例让我们深受警醒,今后会提高防范意识,守护好自身财产安全。希望也能多开展类似的宣传活动。”



图为医生为老人开展免费眼部检查。拉萨融媒记者 拉姆次仁摄

我市开展逐月领取退役金 退役军人适应性培训

拉萨融媒讯(记者央金)近日,拉萨市组织开展2026年逐月领取退役金退役军人适应性专题培训,通过政策解读、就业指导、心理调适等多维度课程,为退役军人搭建从军营到地方的“过渡桥梁”,助力大家开启人生新征程。

本次培训为期两天,课程设置紧贴退役需求,涵盖政策解读、职业规划、财务规划等多个模块。授课老师通过理论讲解、案例分析、互动答疑等方式,把政策讲透、思路讲明、方法教实,现场学习氛围浓厚。参训学员认真听讲、积极交流,在系统学习中梳理转型方向、缓解适应焦虑。

有着20年军旅生涯的退役军人刘栗铜表示,这次适应性培训就像一场及时雨,不仅让他全面弄懂了逐月领取退役金、社保医保等相关政策,也了解到很多针对退役军人的就业创业扶持举措。“接下来,我会把学到的知识运用起来,找准自身定位,脚踏实地开启新生活,继续发扬军人作风,为家乡发展出一份力。”刘栗铜说。

和刘栗铜一样,服役23年的次仁旺堆也在培训中收获满满。他说,军营锤炼的意志品质是宝贵财富,但步入社会仍需学习新本领、适应新节奏,这次培训为自己规划未

来提供了清晰指引。“培训课程实用性很强,从职业规划到创业指导都有涉及,拓宽了我们的思路,也增强了就业创业的信心。退役不褪色,我们会永葆军人本色,在新的岗位上履职尽责、奋勇前行。”

开展适应性培训是拉萨市做好退役军人服务保障工作的重要举措。自2021年拉萨启动逐月领取退役金退役军人接收安置工作以来,适应性培训已持续常态化开展,旨在帮助逐月退役军人顺畅完成军营到地方的身份过渡,明晰政策、缓解转型压力,快速融入地方社会发展。拉萨市退役军人事务局移交安置和权益维护科科长张玲霞介绍,下一步,市将结合退役军实际需求分批组织专题培训,强化思政教育、优化服务保障、推行专场招聘,加大就业创业扶持,引导广大退役军人投身基层治理、乡村振兴一线,立足岗位担当作为,为全市经济社会高质量发展贡献退役军人力量。

从军营到地方,变的是岗位,不变的是初心。本次适应性培训为逐月领取退役金的退役军人搭起了从部队到社会的“连心桥”,让大家带着政策指引、专业知识和满满的信心,开启人生新征程。未来,我市也将持续优化服务保障,让退役军人的能力优势在地方建设中得到充分发挥。