

映月湖畔赛最“靓”身材

本报讯(晚报记者 陶洁)昨晚,“荡口古镇杯”2020年全国健美锦标赛暨世界健美锦标赛选拔赛和CBBA PRO中国健美健身职业联赛(锡山站)举行决赛,男子古典健美、男子传统健美、男子健体、女子形体、女子比基尼健身等类别分别决出名次。

这场力与美的较量,让当晚的决赛地点锡东新城映月湖畔迸发出激情燃烧的火花。由于赛事规模更高,赛事奖金也大幅增加,男子健体全场冠军、女子比基尼健身全场冠军等总奖金额高达30

万元。这场全国健美最高水平的赛事吸引了400多名全国乃至世界的知名健将参与。

2019年收获多项全国健美锦标赛、健美健身职业精英联赛比基尼A组和健身小姐冠军的虞春叶场上表现妩媚娇艳,柔韧中带着健硕,这次她代表锡山队参赛。她介绍,自己的好身材都是拼命练出来的,每天超过四五个小时交替训练、有氧运动是她的日常。健美运动员的习惯养成需要极其自律、刻苦,饮食也极其清淡、简单,这样可以拥有更紧致、细腻的身体线条。



26日晚,“天上月明,人间婵娟”无锡宛山湖夜跑吸引了450名跑友积极参与,参赛者说:“宛山湖一圈差不多5公里,作为健身跑来说,这个长度非常理想!”当晚还举办了河灯许愿、猜灯谜、汉服表演、古筝演奏等节目,具有浓浓的佳节韵味。

(陶洁/文、摄)

不满乱停放 钉划六辆车

本报讯 看到小区有车子随意停放,他顺手从路上捡起一个小钉子,在车上划出一道划痕,来“给车主一个警告”,先后有六辆车子被划。昨天上午,被告人管某因毁坏财物罪被判处有期徒刑1万元。

去年11月和12月,新吴区发生两起共六辆私家车遭人为划伤事件,车损超过两万元。民警在接到报警后通过对监控录像的分析,确认两次划车为同一人所为,并且很快就锁定了小区居民管某,是一名退休老人,管某交代

说,这些车辆停在小区内部道路边,影响行人通行,他出于“给车主一个警告,不要再乱停车”的原因才划了车子,至于划车的硬物则是路边随手捡的石子、小钉子。

去年年底,被告人管某被公安机关行政拘留十五日,后来其妻子代其向六位车主赔偿了损失,取得了对方的谅解,后管某的行政处罚被撤销,但同时因为故意损毁公私财物罪被取保候审。昨天上午,管某当庭认罪,考虑到其有从轻情节,最终被处罚金一万元。

(甄泽)

魏氏脑病中心来了“牛人” “以气御针”治三叉神经痛、偏头痛

在济南中医院工作的刘易宗去年底辞职准备到国外工作,不料遇到疫情,出不了国。当时了解到易可中医医院是三个上海名医开的特色中医医院,其中一个创始人是自己师伯魏江磊,刘易宗便慕名从济南到无锡工作。

刘易宗出生于中医世家,他的曾祖父是我国著名中医、原山东省中医院首任院长刘惠民,他们家三代是中医。刘易宗研究生毕业于山东大学中西医结合专业,临床近20年,加上祖传中医技术,他看病与众不同。以针灸为例,刘易宗采用“平衡疗法”理念,

如三叉神经痛患者左脸疼,针灸取穴会在右脸。此外,还有下肢疼痛,不仅在另一侧取穴,还会在上肢取穴。此外,刘易宗还掌握了气功,对于一些疾病患者,在针灸时辅以气功。虽然刘易宗刚到易可中医医院,但凭着自己的中医实力,患者口口相传,一拨又一拨患者找他看病。

刘易宗认同魏江磊的活血新概念,在治疗偏头痛、三叉神经痛、帕金森等脑病方面,刘易宗的针灸配合魏江磊的虫类中药,相得益彰,让很多患者见识了这两位大咖的厉害之处。

(江南)

“公交站台命名你来定” 合理化建议征集活动

为进一步优化营商环境,深入挖掘无锡地域文化,彰显无锡公交站名的历史渊源、文化底蕴、人物风貌、地方风俗、建筑地标五大特色,提升无锡文化软实力。现由无锡公交集团组织开展“公交站台命名你来定”合理化建议征集活动,并根据合理化建议逐步实施,切实优化市民出行体验感。



一、征集活动时间
9月28日——10月31日

二、征集活动范围
全市各公交站点的命名(无锡新区公共交通有限公司所辖站台除外),重点就市政府、火车站等标志性建筑、著名景点、人文景观等地理实体周边的公交站点命名广泛征求广大市民的合理化建议。

三、站台命名要求

1、命名应有内涵和外延诠释,内涵要体现命名的深义(请简要说明该命名背后的故事),外延要具便于传播特性,没有注释的视为无效投稿;

2、命名应简洁通俗、醒目,字体要求简体,尽量避免使用生僻字,站名一般不超过8个字;

3、命名需在站点周边有显著特点;

4、命名不得含有商业性、不健康信息,不得有损国家尊严、妨碍民族团结、宣传封建迷信或易产生误解歧

义、不得侵犯他人版权、合法的知识产权,具唯一性;

5、征名方案一经采用,作品相应著作权、使用权和在任何媒体的发布权归无锡市公共交通集团有限公司所有,且有权对作品进行修改、组合和应用;

6、征名方案中名称如有重复,按照提交时间顺序以最先提交者为准,活动主办方具有完全的解释权;

7、本次活动最终解释权归无锡市公共交通集团有限公司。

四、征集活动步骤

1、召开市民乘客座谈会(10月中旬)。邀请专家现场听取市民乘客对公交站台命名的建议,并进行面对面交流回复,鼓励更多市民乘客积极参与。

2、整理征集数据(11月1日——11月15日)。对征集到的命名方案进行整理、筛选,选取10—20个有代表性的入围方案。

3、召开颁奖大会(11月下旬)。命名入围方案作者逐一阐述自己命名背后的故事,由专家评审团进行打分,最终评选出本次活动的优胜者,并颁发获奖证书及奖金。

4、公布工作进度(随时)。无锡公交集团将在“无锡公交”微信公众号上刊发此次活动的开展进度,包括采纳的合理化建议及建议落实情况等。

五、参与方式

命名方案内容应包括:站点原名称及所处道路,新命名名称,命名渊源诠释等。市民可通过书面来信、发送电子邮箱、加入QQ群三种方式参与活动,同时需标明参与“公交站台命名你来定”合理化建议征集活动,具体如下:

1、书面来信,来信请寄无锡市梁青路6号张小姐收,邮编:214062,联系电话:0510-88656617;

2、命名电子版方案以Word格式发送至邮箱:2356573611@qq.

com。

3、添加QQ群(群号865861395),将命名电子版方案以Word格式发送至群内。

所有活动参与者均请填写明姓名、性别、工作单位、联系方式等个人信息,以便取得联系。

六、合理化建议评比

活动结束后,我们将对市民的合理化建议进行整理和汇总,并邀请专业人员进行评议,从中评选出本次征集活动的优胜者并给予一定的奖励,共设一等奖1名,二等奖2名,三等奖3名,参与奖若干。

后期,无锡公交集团还将开展“公交站台文化你来定”、“公交特色服务你来定”等系列配套活动,全力升级公交站台文化体系,敬请广大市民踊跃参加!

无锡市公共交通集团有限公司
2020年9月28日