



成都世运会正火热进行中,软式曲棍球、地掷球、定向运动等新奇赛事让人跃跃欲试!想在家门口体验同款快乐?华西社区报特别推出“家庭版世运会”,带您解锁居家可玩的世运项目,还有社区新运动场景上线,快来一起“动”起来!

世运会同款运动进社区

家庭版赛事、社区运动新场景等你来玩

□ 华西社区报记者 屈晨雨 肖欣言 受访者供图

世运会同款项目 家庭版亲测好玩

软式曲棍球vs家庭卫生进球赛

将椅子作为球门,拖把作为球棍,避开障碍物的同时将“球”推入球门,用时最短者胜利~边搞卫生边玩,主打一个“一举两得”!

项目科普:软式曲棍球项目是球员用球杆将72毫米直径的球打入对方球门得分,进球多者胜。

定向vs细节寻物大挑战

准备好来一场观察力大比拼了吗?在室内自由场地,选手双方用手机拍摄物体局部细节,随后交换照片,寻找目标物品,先找到者获胜。

项目科普:定向项目要求运动员借助地图、指南针快速穿越陌生地带,并完成检查点打卡,依完赛时间排名。

自由搏击vs抱枕推挤出界战

两人胸口挤一个抱枕,抱枕不可掉落。在规定区域内相互推挤,谁先把对方“请”出界,谁就是家里的“武林高手”。

项目科普:自由搏击融合多种格斗术,精髓在于无拘无束、兼容并蓄,以实战为核心,运动员可以在规则内自由发挥。

地掷球vs往返投掷得分赛

设置两个距离较远的得分区,运动员在两个得分区往返跑,并向对面得分区投掷小球,投中得分。跑起来带风,扔出去带准,得分那一刻,快乐直接“爆表”!

项目科普:地掷球项目在27.5米长、3米宽的硬地进行。运动员5分钟内折返跑,在

指定区域扔球,击中目标球得分。

射箭vs纸飞机准头大比拼

选择大小不一的物品,在投掷区扔纸飞机,击中物品越小,得分越高。就算投偏了也别怕,结果不重要,但姿势一定要帅!

项目科普:射箭运动员使用复合弓,射向50米外五色同心圆靶。从外白到内黄心,越近中心分越高。



家庭卫生进球赛。



纸飞机准头大比拼。

家门口的运动场景 让你秒变“运动达人”

快跟上世运会的节奏,来家门口的社区运动空间,秒变“运动达人”。

芳草街街道运动公园

公园位于成都高新区神仙树南路芳草街街道,下楼遛弯的工夫就能来场激情四射的羽毛球赛!打完球,还能在旁边长椅上和邻居们拉拉家常唠唠嗑~

檬柏小游园

檬柏小游园是高新西区第一批“金角银边”示范项目之一,以前的街头闲置地,现在成了全龄段的“欢乐运动场”!在这里运动,连空气都是甜的~



檬柏小游园。

青龙湖湿地公园

青龙湖湿地公园位于龙泉驿区十陵街道,是“天然氧吧+运动跑道”的完美结合!沿着环湖绿道跑步、骑行,一边看千亩湖景,一边流汗排

白天看世运 晚上游成都



夜游成都观光巴士。

除了观看世运会比赛、积极参与体育锻炼,各位来成都的游客也不要错过夜晚的美景。

消失多年的双层巴士以全新“天幕”造型,重返成都街头,化身夜游观光车承载着来自五湖四海的游客,与成都的动人夜色,邀您开启一场奇妙夜游。坐上夜游双层观光巴士,你可以欣赏成都的绝美夜景,通过车内专业讲解员的介绍,深入了解成都的历史文化;你还能深入城市肌理,邂逅宝藏社区。

锦里站:浆洗街街道

在浆洗街街道,一场文化与自然的沉浸式旅程徐徐展开。漫步武侯祠红墙竹林,于青瓦翠竹间触摸三国历史的厚重。华灯初上,广福桥西街与少陵路的烟火气令人流连——市井美食与文化底蕴在此交融,火锅烧烤的热烈与清淡膳食的雅

致相得益彰。餐后漫步锦里古街,让味觉与视觉共同沉浸于假期的丰盈。

地铁青羊宫站:草堂街道

在草堂街道,杜甫草堂以青瓦红墙、竹影婆娑为幕,诗圣的墨香与千年古木交织,静诉文脉传

毒,感觉自己就是“大自然的运动员”。

WePark玩湃社区智慧足球公园

WePark玩湃社区智慧足球公园毗邻宽窄巷子、琴台路等文化地标,既传承少城文化底蕴,又融入现代科技与体育创新,为居民游客提供运动休闲空间。这里占地约900㎡,核心区约350㎡,含荷兰智慧激战球场(三人制)、芬兰全科体适能训练场及“玩湃生活”运动文创馆,拥有智能足球训练系统、多功能场地、全民健身区、休闲观赛区等功能区。场地宽敞,设施丰富。满足全龄段需求。

承。隋唐窑址博物馆内粗陶与青瓷静默陈列,勾勒成都平原陶艺文明的璀璨轨迹。浣花溪公园将自然诗学推向极致。青羊宫的古木参天间,都市喧嚣沉淀为内心的澄明。在这里,每一步都踩在文脉与烟火交织的节点上,邀您共赴一场穿越千年的诗意漫游。

通惠门(宽窄巷子)人民公园站:少城街道

在少城街道,你能看见成都的另一面。宽窄巷子的青石板路上,勾勒出老成都的市井轮廓。人民公园的竹椅木桌间,盖碗茶香混着鹤鸣茶社的闲适。琴台路的汉唐建筑里,司马相如与卓文君的“凤求凰”爱情传说在茶香与火锅热气中回响。在少城,不妨做一日“闲人”,听千年成都的呼吸。