

照亮蹦床少年的梦想之路

——从柳州运动员接连夺金看我市蹦床运动发展前景

本月初，在西班牙潘普洛纳举办的第38届世界蹦床锦标赛上，代表中国队出征国际比赛的柳州妹游婧夺得混合全能团体冠军。而在几天前，来自三江侗族自治县的龙宇亭也在西班牙潘普洛纳举办的蹦床世界年龄组比赛中夺得青少年锦标赛中斩获世界年龄组比赛13岁—14岁男子个人冠军。喜讯连连，让蹦床运动进入了人们的视野，引发高度关注。其竞技规则和难度标准如何？这项运动在我市的发展前景如何？带着疑问，记者走访了柳州市体育运动学校蹦床训练馆。

“刚才这次练习，腿部动作没处理好，动作不成形。”11月18日，在训练馆内，教练邱茂哲正在指导7岁的陈嘉行练习蹦床上动作——团身前空翻接转体180度空翻。馆内有3张蹦床，小运动员轮流上网开展训练，每一次跳跃腾空，都让

他们离心中的梦想更近一步。

市体育运动学校蹦床教练吴冰已执教25年。“我们一般在3—6岁儿童中进行筛选。起初先让他们接触娱乐蹦床，若发现有天赋的好苗子，在征求家长同意后开始练习竞技技巧。如果选手在比赛中脱颖而出，就推荐到自治区进行专业训练。”吴冰说，在大众视野中，蹦床运动需要不断进行跳跃、腾空，须具备杰出的平衡能力才能从近十米的高空精准落入网内。比赛中，运动员还需要在网上连续做10个技巧动作，如不同位置的转体、空翻等，且动作连贯不能中断，这对于运动员的体能极限和心理承受力也是一个严峻挑战。“在比赛现场，看到运动员腾空而起时，我们教练作为旁观者比运动员还要紧

张。”吴冰说。

该校教练杨铭是游婧的启蒙教练之一，他期盼柳州运动员在国际赛场上的表现能够照亮更多蹦床少年的梦想之路。“作为一名基层教练，希望蹦床的大众化程度进一步提升，让更多青少年爱上这项运动。”杨铭说。

近年来，市体育局为夯实蹦床运动项目基础，一方面将蹦床纳入全市30多个传统项目训练竞赛体系，对标自治区赛事设置，将其列为今年柳州市第十六届运动会比赛项目。另一方面，市体育局还积极开展“蹦床进校园、乡村、幼儿园”活动，引入适合幼儿的小蹦床，在游戏中激发孩子们的运动兴趣，构筑一条从普及到选拔的完整人才通道。

全媒体记者 谢耘
覃科 报道摄影



教练为小运动员讲解技术要领。

鹿寨公路养护中心实施差异化维修改造 有效保障桥梁通行安全



工作人员检查桥梁情况。(图片由受访单位提供)

日报消息（全媒体记者张威）11月23日，记者从鹿寨公路养护中心了解到，近期该中心通过差异化方案，完成了国道323鹿寨大桥及黄冕公路桥等危旧桥梁的维修和改造。据了解，此次维修危旧桥梁鹿寨大桥采用了差异化方案，并应用了一些新技术、新设备。如开展无人机巡检高空隐蔽部位、桥梁智能监测设备，再使用桥梁检测车、回弹仪、裂缝检测仪等对桥体进行全面检查，在确定维修方案后进行针对性维修。近期，该大桥维修作业已完成。

另外，该中心通过系统化改造与智能化管理，两年来先后完成国道323石人冲桥、瓦窑桥、四排一桥等10座危旧桥梁的改造任务。每次改造均针对不同桥梁的病害特点，制定了差异化处置方案，如四排一桥、寨沙二桥等采用压力注浆技术修复裂缝；对结构损伤严重的龙江一桥、龙江二桥等危桥则实施拆除重建。改造完成后，不仅消除了安全隐患，也改善了原桥梁的出行情况，有效保障桥梁通行安全。

关注身边的安全·交通安全

天气晴好 暖阳相伴

日落能见度提升，赏夕阳美景时机正好



市民在环江滨水大道运动健身。

日报消息（全媒体记者吴倩雯报道摄影）当全国多地被冷空气“冻”住手脚时，我市却开启了晴好天气“续航模式”。市气象台预计，这样的舒适好天气将持续至下月初，“多云到晴”仍是近期主旋律。

昨日市区最高气温升至24.5℃，南部地区基本维持在24℃，北部地区最高气温稳定在22℃左右。好天气为市民户外活动创造了绝佳条件，无论是登高观景、河堤漫步，还是晾晒衣物，都是不错的选择。预计28日后，气温仍将小幅上升，体感舒适，暖意更盛。

虽然近期我市白天最高气温在20℃以上，最低气温在14℃上下，冷暖波动不大，但冷空气已蓄势待发。25日至27日，一股弱冷空气到访，昼夜温差逐渐拉大。届时，北部地区最低气温将降至4℃—8℃，南部地区维持在10℃左右。白天暖阳融融，夜晚凉意渐生，目前“晴干冷”天气成为常态，且云量较少，日落能见度大幅提升，赏夕阳美景时机正好。

市气象台提醒，近期昼夜温差可达10℃以上，市民出行需备好外套，方便随时增减衣物，做好昼夜保暖衔接；持续晴好天气导致空气干燥，需及时补充水分；同时，晴朗天气风干物燥，森林火险等级偏高，市民游玩时务必遵守野外用火规定，谨防火灾发生。

2025年柳州市中小学生（少年儿童） 跳绳锦标赛开赛

增强体质 展现风采

日报消息（全媒体记者吴倩雯报道摄影）11月22日至23日，2025年柳州市中小学生（少年儿童）跳绳锦标赛在城中万达广场2号门激情开赛。来自全市19所幼儿园、45所小学、18所初中及8所高职高中的2166名运动健儿同台竞技，一展风采。

本次赛事由市教育局、市体育局联合主办，赛事共设置30秒双摇跳、1分钟双脚轮换单摇跳、4×30秒单摇跳接力等6个单项，以及3分

钟10人长绳“8”字跳、花样集体规定套路等4个集体项目，多样赛制既彰显跳绳运动的竞技魅力，又注重团队协作与技巧展示，观赏性十足。

作为锻炼专注力与身体协调性的全民健身项目，近年来跳绳在我市各校园广泛推广，丰富校园体育生活的同时增强学生体质。本次赛事为全市中小学生（少年儿童）搭建了交流展示的平台，进一步推动体育事业深入校园。



柳州市第十一届中学生篮球联赛落幕 青春跃动 篮下争锋

日报消息（全媒体记者周任仟报道摄影）11月21日，柳州市第十一届中学生篮球联赛在柳州市第一职业技术学校收官。经过137场的激战，市十二中获得初中男子、女子组双冠，市一职校获得高中（中职）男子组冠军，柳州铁一中学获得高中（中职）女子组冠军。

今年联赛共有45支队伍、638名运动员参赛，比赛分两个阶段，第一阶段为分组单循环赛，第二阶段为交叉淘汰赛及排位赛。赛场上，球员们奋勇争先，展现了中学生的良好精神风貌。初中组比赛中，市十二中表

现亮眼，包揽了男子组、女子组冠军。高中（中职）男子组比赛中，由罗达、吴康龙领衔的市一职校男子篮球队实力出众，轻松夺冠，实现两连冠；女子组比赛中，柳州铁一中学展示了强大统治力，成功卫冕。

据悉，我市中学生篮球联赛开展多年，为全市中学生篮球爱好者搭建了切磋交流的平台，带动更多学生积极投入篮球运动，增强学生体质。举办赛事是发现和培养潜在高水平篮球后备人才的有效方式，目前已发掘出陈艳萍、黄浩杰等多名篮球新星，在全国乃至国际重要赛事中展现风采。



细微之处见“真金”

市环卫处欧阳岭生活垃圾转运站实现降本增效， 每年节约开支超10万元

11月19日上午，市环卫处欧阳岭生活垃圾转运站维修车间，“叮叮当当”的声音此起彼伏，一辆重型生活垃圾转运卡车刚停稳，工人便爬上车斗，忙着更换机油、清理废水收集车箱、检查液压部件……近年来，欧阳

岭生活垃圾转运站将目光转向细微之处，通过技术改造、设备升级、自主创新实现降本增效，每年节约开支超10万元。

“我们既是站内的车辆维修工，也是垃圾转运工。”业务股股长周佳佳

介绍。他说，一辆车、一台设备日常使用工况好不好，只有一线工人心里最有谱。这几年，站内持续加强员工技能培训，让员工实现“一专多能”，日常不仅能从事垃圾转运工作，还能完成基础车辆维修和保养，单这一项就为站里节省了开支。

说话间，周佳佳拿起自制小工具——一根螺纹钢焊在筒状物上，三下两下就将难拧的废水收集箱打开。“废水收集箱的阀门隐藏在车体死角，靠蛮力很难拧开。怎么办？靠自己！”周佳佳说，为了提高生产效率，让废旧零件“变废为宝”，维修班工人将一些淘汰零件进行二次加工，如废旧电机被改造成风机、废弃液压杆被改造成垃圾箱升降装置……每年可为转运站节省开支超8万元。

在站内二楼卸料车间，除臭喷雾、新风系统配合运作，垃圾的臭味被有效隔绝，地面干净整洁。“你能看出来这两边卸料槽位有什么不同吗？”在垃圾卸料槽位前，站长韦开仕向记者发问。记者看到，两边卸料槽位整体结构并无区别，唯一点不同就是一边槽底采用钢铸件，另一边槽底采用不锈钢件。

“经过对进站垃圾长期观察，我们发现不锈钢件易清洗、无残留、耐

腐蚀，比钢铸件更耐用。”韦开仕介绍，卸料槽位改造后，不锈钢件更能耐受垃圾渗滤液对槽位支撑平台的腐蚀，延长设备使用寿命，同时还降低了垃圾转运工人打扫频率，实现“花小钱办大事”。

特种设备维修费用高，一些设备厂家为了盈利，往往会将核心技术“藏”起来。为此，欧阳岭生活垃圾转运站专门成立了维修技术攻坚小组，有针对性地开展工作。

“前段时间，维修班发现垃圾压缩设备的高压导线因裸露在外，受垃圾车厢距离和降尘喷雾的影响，每3个月需更换一次，成本居高不下。班长带着所有成员蹲守车间，记录导线运行数据，反复实验改善方案。”工人刘宇说，他们尝试调整喷雾角度，制作防尘遮挡，没想到效果立竿见影，高压导线从每3个月更换一次，延长至1—2年更换一次，仅此一项每年便可节约维修费4万多元。

这些看似不起眼的小改变，为欧阳岭生活垃圾转运站带来了实实在在的效益。韦开仕说，下一步，转运站将针对设备能耗问题进行攻关，围绕绿色节能目标实现降本增效，全力保障生活垃圾高效运转。

全媒体记者 李斌 报道摄影



维修班工人交流设备维修经验。

辣椒迎丰收 村民喜增收



村民在采摘辣椒。

近日，融安县泗顶镇上洞村泗顶屯的樟树港辣椒迎来采摘高峰。走进数十亩辣椒地，只见椒林层层叠叠、绿意铺满田地，十多名村民提着竹篮在地垄间忙个不停，一根根鲜嫩的辣椒被采摘、装筐、分拣，准备发往湖南。

“这一茬摘了700斤，之前已经卖了3000多斤，现在地头收购价每斤6—10元，行情很好。”种植户黄贵告诉记者，樟树港辣椒具有香软微辣、皮肉不分离的特点，深受市场欢迎。尤其是它的生长期具有“短、平、快”的特点，从种下到采摘只需约40天，采摘期长达半年，每年可种两轮，亩产稳定在3000斤至5000斤，是带动村民增收的“稳当”产业。

随着采摘期的到来，这片辣椒地也带动了周边村民就业。旺季时每天能吸纳10—15名劳动力在此务工，村民在“家门口”就能挣到稳定收入。据悉，泗顶镇正计划依托现有基础，进一步扩大辣椒种植规模，让“香辣产业”在更多村屯落地生根。全媒体记者 周宁 通讯员 石慧 摄