

浦发银行·2025第十三届黑龙江国际徒步节

个人通道提前开启 抓紧报名吧!

生活报 讯(见习记者 王艳 记者 陈莹)浦发银行·2025第十三届黑龙江国际徒步节报名已正式启动。团队报名开始不到一小时,一众徒步爱好者、单位就狂揽近千单。广大读者纷纷致电本报热线,希望尽早开通个人报名通道,为此,本报特决定提前启动本届徒步节个人报名通道。

活动详情

集合时间:5月18日(周日)7:30
徒步路线:11公里哈尔滨最美沿江风景线 音乐公园广场-友谊西路-防洪纪念塔-滨洲铁路桥-警备街-风景街-太阳岛青铜钢琴
集合地点:音乐公园广场(音乐博物馆群力馆:景江东路与友谊西路交口)
报名费:20元

个人报名方式

- 1.关注“新街派·生活报”微信公众号。
- 2.点击菜单栏中“徒步报名”。
- 3.按要求选择领取装备地址,填写好相关信息并付款成功即可。
- 4.付款后即生成电子卡券,在规定时间内,按选择的地址,凭电子卡券领取装备即可。

团队报名方式

- 1、20人(含20人)以上即可成团。
- 2、报名电话:15045112315(工作日9:00-16:00)。
- 3、报名后,填写每一个人的姓名、身份证、电话,回传给工作人员。
- 4、团队装备由队长统一领取后发放。

报名须知

- 1.每位参与者需交20元报名费(含保险)。
- 2.元保保险经纪为本次徒步节唯一保险支持单位(注:如报名信息填写有误,耽误出险后果自负)。本活动人身意外伤害保险范围为12周岁以上、70周岁以下参与者。
- 3.因人数众多,报名后因个人原因无法参加,一概不退报名费。
- 4.活动名额有限,额满即止。

活动流程

- 1.确认报名:提交个人信息并确认交费成功即报名成功。
- 2.领取装备:报名人员需提前领走装备。
- 3.活动当日:穿着活动定制T恤,按时抵达音乐公园广场,简短的仪式后集体出发(提前出发将无法领取补给水哦)。
- 4.行进路程中设有补水点。

装备包里 都有啥
速干T恤
遮阳帽
背包
哈肉联午餐肉(2片)
悦活饮用天然苏打水
悦活饮用天然矿泉水



主办:



保险支持单位:



合作伙伴:(排名不分先后)



浦发银行·2025第十三届黑龙江国际徒步节诚邀合作伙伴
咨询电话:13936523013(工作日拨打)

第十三届黑龙江国际徒步节相关服务项目竞争性谈判招标公告

一、项目基本情况

- 1.项目名称:第十三届黑龙江国际徒步节相关服务项目
- 2.采购方式:竞争性谈判
- 3.采购需求:项目将对活动装备等服务进行采购。第一包:T恤服务

(含多面印刷)、第二包:双肩运动抽绳背兜服务(含印刷)、第三包:运动鸭舌帽服务(含印刷)。
4、本次采购不接受联合体投标。
5、合同履行期限:自合同签订之日起至活动结束。

二、供应商资格要求

- 1、满足《中华人民共和国政府采购法》第二十二条规定;
- 2、具有同类项目的经营资质和服务能力和服务经验。

三、获取采购文件

- 1、时间:2025年4月20日9:00-16:00
- 2、方式:线上获取
- 3、联系人:吴先生
- 4、电话:13104517701

声明·作废

●孩子名:温梓墨,性别:男,出生:2019年01月02日,母亲名:谢一鸣,身份证号:230882199301125264;父亲名:温家宝,身份证号:230882199111185274,出生医院:富锦市妇幼保健院,丢失《出生医学证明》的编号:T230011418,声明作废。
●马鑫月丢失松江序洋房5号楼1单元101购收据丢失,收据号码:0002274,金额:2656434元,声明作废。

●董永,身份证号:230122197101122938,不慎将与哈尔滨滨城诚管房地产开发有限公司签订的位于哈尔滨新松樾尚小区12号楼1单元2810室的商品房买卖合同原件丢失,合同编号:23150908202000594,特此声明作废。

●王忠研,不慎将富力(哈尔滨)房地产开发有限公司开具的哈尔滨市商品房销售预收款专用票据丢失,房屋坐落:友谊西路、向家沟、河梁街、河鼓街围合区10号楼2单元12层01室,票据号:00223960,金额:2210000元,开具日期:2014年11月18日,特此声明作废。

●重庆市金禾丰农业有限公司(统一社会信用代码:9150000MACP3A726R)遗失开户行:中国工商银行鹤岗新世经广场支行,账号:090602211920016602预留的法人(程耀)印章一枚,编号:5000990053649,声明作废。

公告·公示

注销公告

哈尔滨市南岗区坤目视觉眼镜职业技能培训学校于2025年3月31日经校董会决议决定通过,决定注销,于2025年4月18日申请注销登记,统一社会信用代码:91230103MA1CM81H7F,办学许可证号:人社社323010310000869。注册地址:哈尔滨市南岗区哈尔滨大街、南兴街、绥化路、中兴左街围合区域第S6栋1-2层11号、12号,法人代表:刘宏斌,业务主管单位:哈尔滨市南岗区人力资源和社会保障局。特此公告。
哈尔滨市南岗区坤目视觉眼镜职业技能培训学校
2025年4月18日

出租出售

出售松北花园洋房
哈尔滨松北区天鹅湖花园小区31号楼洋房一套,因房主迁外着急急售,价格可谈,房屋建筑面积180平米,四楼(顶层),毛坯房,三室二厅二卫带阳台,地热泵,私产房屋,房屋紧邻松北公园,哈尔滨大剧院,小区环境绿化面积占30%以上,环境好,位置佳。
19846138248

低价急售别墅
哈尔滨私产别墅,因房主出国急售,6000元/平米。房屋建筑面积约400平米,车库2个,毛坯房,别墅自带庭院面积1000平米,院内山林约2000平米。小区还配套高尔夫球练习场、钓鱼池、网球场、温泉等设施,免费对业主开放。
19846138248

房屋出售
出售松北汇锦御江湾住宅,四楼,建筑面积86.75平方米,楼间距大,采光好,无遮挡,2室1厅1卫,精装修,含家具家电,拎包入住,南北通透,供暖好,物业好,一梯两户,毗邻大润发超市,松北九中,新区中心公园,交通便利,可贷款。
18686821585

生活报中缝广告
受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼103室
刊登 **84681180**
电话 **15004697804**
电话 **13613600156**

一分钟跳绳320个 想“跳进”国家队

生活报记者 李楠 牛婷婷

在哈尔滨市虹桥第二小学校三年八班,8岁的迟姝从入学起便与跳绳结缘。一年级时,班主任董艳梅老师坚持每天中午带领全班跳绳,一年后,迟姝从零基础跃升为“跳绳小达人”——1分钟竞速跳222个,斩获全校第一。如今,三年级的迟姝1分钟能跳320多个。跳绳不仅强健了她的体魄,更让她在市级、全国赛事中屡获佳绩,成为校园里的“风云人物”。

4月17日10时许,记者来到哈尔滨市虹桥第二小学,操场上,三年八班的体育课正在进行。“预备……开始!”随着哨声响起,此起彼伏的跳绳“啪啪”声响彻操场。队伍中,一个扎着麻花辫的女孩格外引人注目——她手中的跳绳快得几乎看不清轨迹,周围的同学不时发出阵阵惊叹。她就是全校闻名的“跳绳小冠军”迟姝。

一年级时,迟姝的班主任董艳梅老师推行“每日午间跳绳”计划,这一举措与体育改革方向契合——近年来,哈尔滨市教育局将跳绳、冰雪运动等纳入中小学“一校一品”特色项目,通过“体教融合”提升青少年体质。董老师发现迟姝节奏感强,便鼓励她尝试竞速跳。二年级时,迟姝首次参加2023年“体彩杯”哈尔滨市青少年跳绳公开赛,虽仅获第4名,却点燃了她的斗志。“看到高手能跳那么快,我告诉自己必须加练!”此后,迟姝每天课后加练1小时,甚至周末也缠着父母陪练。

努力很快迎来回报,2024年全国跳绳段位赛哈尔滨站,她包揽1分钟单摇一等奖、花样三段一等奖;同年的市赛中,她以30秒166次的成绩夺得U9组冠军,还带领团队拿下接力赛金牌。“竞速跳绳像打开了新世界的大门,让我知道坚持的力量。”迟姝说。



迟姝:有一个愿望,想进入国家跳绳队

“记者阿姨,我跳给你看!”体育课上,迟姝麻利地挽起校服袖子,随着体育老师的哨声响起,她手中的跳绳摇得飞快,双脚轻盈地点地,围观的同学们自发数起数来:“310,311,312!”这是单摇,我还能双摇呢!”稍作休息后,她换了个姿势,只见双脚每跳一次,跳绳就能绕两圈。虽然中途被绳子抽到小腿,疼得咧嘴,但她马上调整呼吸继续完成动作。“有时会被绳子抽到身上,很疼,但是班主任董老师会鼓励我安慰我。”迟姝撩起裤腿,小腿上几道红痕还未消退,“老师还让我在同学面前展示花样跳绳,我就又有信心了,一定要为班级争光,为学校争光。参加全国跳绳段位挑战赛时,真的让我大开眼界,原来高手这么多啊!有很多和我一样大的小朋友都非常厉害,他们肯定也在每天练习。参加跳绳比赛的经历让我知道,竞技体育机会只有一次,一定要把握住。”

今年6月,迟姝还会参加全国跳绳联赛江西德兴分站赛,她愿望是获得第一名,拿到全国总决赛的人场券,去参加跳绳比赛的终极对决。她还有一个愿望,想进入国家跳绳队,可以代表国家参加跳绳亚锦赛和世锦赛。



迟姝妈妈:跳绳让孩子成长

“起初只是想让孩子长个儿,没想到跳出了名堂!”操场边的长椅上,迟姝妈妈回忆起女儿与跳绳的“初遇”,目光始终追随着女儿的身影。“平时她还学习京剧、街舞,会把一些京剧和街舞元素结合在跳绳中,使跳绳变得更有意思、更花样。”阳光照在迟姝红扑扑的脸蛋上,额前的碎发已被汗水打湿。“跳绳带给她的远不只奖牌。”妈妈翻开手机相册,对比着一二年级的照片:原先瘦小的丫头,现在个子长了一大截,胳膊腿都结实了不少,最让家长触动的是孩子的“不服输”。训练期间看到迟姝受伤,朱女士会安静地陪伴,让孩子做决定,“刚开始我以为她是不是就此停下,但没有,哭过之后,很多和我一样大的小朋友都非常厉害,他们肯定也在每天练习。竞技体育机会只有一次,一定要把握住。”

虽然中途被绳子抽到小腿,疼得咧嘴,但她马上调整呼吸继续完成动作。“有时会被绳子抽到身上,很疼,但是班主任董老师会鼓励我安慰我。”迟姝撩起裤腿,小腿上几道红痕还未消退,“老师还让我在同学面前展示花样跳绳,我就又有信心了,一定要为班级争光,为学校争光。参加全国跳绳段位挑战赛时,真的让我大开眼界,原来高手这么多啊!有很多和我一样大的小朋友都非常厉害,他们肯定也在每天练习。参加跳绳比赛的经历让我知道,竞技体育机会只有一次,一定要把握住。”

“训练确实会占一些课余时间,但是迟姝的学业也没落下,孩子慢慢学会规划时间,高效学习,这都是无形中影响。”迟姝妈妈欣慰地说。据了解,这位“小冠军”每天要保证1-2小时的跳绳训练,学习成绩没有受到影响,生活中也有很大进步,小小年纪就可以做三明治,还会洗衣服。

班主任:跳绳让班级拧成一股绳

班主任董艳梅老师站在操场边,目光追随着孩子们跃动的身影,“现在迟姝不仅自己跳得好,还成了班里的小教练。”正说着,迟姝已经完成一组练习,她站在班级最前面展示着花样跳绳,一个漂亮的侧手翻引得其他同学喝彩。“其实教育就像跳绳。”董老师说,“重要的不是谁跳得最快,而是每个人都找到了自己的节奏。”说着,她吹响集合哨,三年八班的同学们立刻排成整齐的方阵。铃声响起,迟姝擦了擦汗,小心翼翼地收起那根已经磨得起毛的专业竞技跳绳,“我最喜欢中午和大家一起跳,虽然有时候会被绳子抽得很疼,但听到同学们给我加油,就觉得特别有劲!”

图片由生活报记者李楠、牛婷婷、丁毅及家长拍摄,提供