

U20男足亚洲杯预选赛: 中国队大胜马尔代夫队

□新华社记者 胡冠

新华社利雅得9月14日电 14日在沙特阿拉伯举行的U20男足亚洲杯预选赛中,中国U20男足5:0战胜马尔代夫队,取得两连胜。

第22分钟,艾菲尔丁·艾斯卡尔右路下底横传,热合米图拉·雪合热提中路包抄推射得分。第34分钟,艾菲尔丁在门前抢点扩大比分。5分钟后,拜合拉木·阿卜杜外力边路传中,热合米图拉头球再入一球,中国队取得3:0领先。

易边再战,陈哲宣和买乌郎·米吉提在第61分钟和第87分钟各入一球,中国队最终5:0轻松取胜。首场比赛中,中国队凭借下半场伤停补时

阶段的两粒点球3:1战胜缅甸队。

本届U20男足亚洲杯预选赛,中国队与沙特队、乌兹别克斯坦队、缅甸队、马尔代夫队同在一组。根据竞赛规则,10个小组的小组第一和成绩最好的5个小组第二将晋级2023年乌兹别克斯坦U20男足亚洲杯。虽然乌兹别克斯坦队已先后击败马尔代夫队、缅甸队和沙特队,但作为直接晋级正赛的东道主,乌兹别克斯坦队在预选赛中与各队的比赛成绩不计入最终排名。

根据赛程,中国队将在当地时间16日和18日迎战乌兹别克斯坦队和沙特队。

摔跤世锦赛:

中国选手龙佳获女子自由式65公斤级银牌

据新华社贝尔格莱德9月14日电 在14日进行的2022摔跤世锦赛女子自由式65公斤级决赛中,中国选手龙佳夺得一枚银牌。

龙佳与2021年世锦赛银牌得主、日本选手森川美和相遇。整场比赛,龙佳防守严密,让森川美和在技术分上颗粒无收。第二节龙佳进攻非常主动,一度做出后倒背动作将对手摔倒在地,可惜稍有迟疑,没有及时做出后续动作,让森川美和化险为夷,从而失去绝佳的制胜机会。最终,森川美和获得一个边界得分和一个罚分,以2:0小胜。

赛后在解读0:2的结局时,龙佳认为,对手在细节的处理与场上节奏的把握上比自己好,而自己技

术相对粗糙一些,对手的针对性练习也更好些,这些都是自己今后需要加强的地方。

教练张崇瑶高度评价龙佳在场上表现,认为龙佳在做出后倒背动作的时机方面掌握得非常不错。“但可能太顺了,这个机会找得太好了,大概龙佳自己都没有想到机会来得如此之快,有一丝停顿,使得局面陷入僵持,丧失了稍纵即逝的赢得比赛的机会。”他表示,今后除了技战术,还要加强思想、精神方面的训练,在机会面前要大胆、果断。

龙佳的表现给对手留下了深刻印象。森川美和赛后说,7月在波兰的A级系列赛中就曾与龙佳交过手,龙佳实力“很强大”。

张修智

中国女篮谈备赛世界杯:

拿出最好的状态去拼

据新华社悉尼9月14日电 2022年女篮世界杯比赛在即,已抵达澳大利亚的中国女篮也进入最后的备赛冲刺阶段。主教练郑薇14日在接受采访时表示,球队目前状态越来越好,本次比赛中国女篮将自己放在一个立足于拼的位置上,一定会以最好的精神面貌和状态完成这次比赛。

郑薇说,受新冠肺炎疫情影响,球员们结束在塞尔维亚的预选赛集训了2个月就在欧洲通过拉练赛备赛,通过比赛发现和解决问题。

郑薇表示,球队在人员和技战术方面也进行了一些调整,补充了一些新队员,着重解决东京奥运会和亚洲杯比赛中出现的一些问题,比如失误多、对抗性差等,同时充分发挥每个队员的特点和特长,根据小组赛对手进行一些针对性训练等。

中国女篮两大内线球员韩旭、李月汝已在球队于塞尔维亚集训期间正式归队。郑薇说,出去打了一个赛季后,感觉她们两个在心态上,尤其是在自

信心方面提高了很多。

对于本次杯赛的目标,郑薇表示,现在外界对中国女篮的期望值较高,但女篮自己还是会保持冷静的头脑,把自己放在一个立足于拼、立足于冲的位置上。世界杯四年一次,从目前情况看,已进入赛区的各支队伍都阵容完整、准备充分。

当晚的线上采访中,中国女篮队员杨力维表示,前期的热身赛发现和解决了不少问题,困难就是和两名中锋的磨合还需要一些时间。对于世界杯的密集赛程,大家已经做好了准备。

韩旭表示,感觉整个团队备赛氛围和状态都很好,自己也会调整状态全力以赴准备世界杯的比赛。“球队能力非常全面,大家各有特点,但也处在新老交替阶段,所以我们要认清自己的位置,全力以赴冲击对手、冲击强队。”

2022年女篮世界杯将于9月22日至10月1日在澳大利亚悉尼举行,中国女篮与比利时、波黑、波多黎各、韩国和美国队同在A组。

郝亚琳 苏斌

怎样运动和保健促进脑健康?

据新华社长沙9月15日电 9月16日是中国脑健康日。运动可以平衡大脑,让我们的大脑处于最佳状态;运动还可以缓解压力,增强人体免疫力。那么如何运动才能更高效地促进大脑健康呢?一起听听专家的建议。

湖南省脑科医院脑血管病神经内一区医生李晓辉介绍,运动爱好者进行中等强度的运动可以加速血流,而长时间进行高强度运动则可能导致供血不足,因此需要根据自身情况进行不同强度的运动方式。运动以适当适量为原则,可以选择有氧运动和复杂运动结合,比如瑜伽、舞蹈、太极拳、网球等复杂的运动方式,能调动更多的大脑神经细胞参与其中。

中南大学湘雅医院神经外科教授李学军说,积极的社交活动可以让人心情愉悦,对于老年人而言,可以多参加集体活动;老年人应该选择较为舒缓的运动方式,比如太极拳、扇子舞、养生操等,有利于心脑血管健康。

师才 姚羽



适当运动促进脑健康

新华社发 朱慧卿 作

招标公告

包件一:大丰港集装箱码头堆场围垦工程一堤顶道路劳务分包工程现对外进行公开招标,资质要求:具有市政公用工程施工总承包三级及或公路工程施工总承包三级及以上施工资质且取得安全生产许可证的独立法人企业。

包件二:因项目需要,计划采购一批海关金属围栏,现对外公开招标,资质要求:具备生产或销售金属围栏能力的独立法人企业。

请各投标申请人于2022年9月20日18时前至江苏盐城港建设有限公司(盐城市大丰区大丰港沙比亚小镇36幢103室)获取相关文件。经办人携带单位营业执照、企业资质证书(包件一)、安全生产许可证(包件一)、授权委托书、报名人身份证(以上材料提供加盖单位公章的复印件,并装订成册),否则不被接纳,联系电话:0515-83555323、13912524733。

江苏盐城港建设有限公司
2022年9月16日

停电信息

因预安排检修于9月23日7:00至13:00,影响线路涉及110kV黄海变10kV明珠线/10kV黄中线。110kV黄海变10kV明珠线影响用户:公变,海龙S2箱变、10kV洋东线/10kV明珠线丽阳小区1#配电室3#、4#主变(需短时停电调电)。专变,盐城四季服装城商业管理有限公司790026534、盐城市洋东置业有限公司7102080106(双电源)、10kV明珠线侧停电。110kV城中变10kV黄中线影响用户:无。

因预安排检修于9月25日6:00至9:00,影响线路涉及10kV亭湖变10kV亭湖线。10kV亭湖变10kV亭湖线影响用户:公变,光荣6#公用变。专变,无。

因预安排检修于9月24日5:30至13:30,影响线路涉及110kV亭湖变10kV亭湖线。110kV亭湖变10kV亭湖线影响用户:公变,10kV亭湖线/10kV南发线绿都开闭所(双电源)。专变,无。

因预安排检修于9月23日6:00至9:00,影响线路涉及110kV悦达变10kV金水线。110kV悦达变10kV金水线影响用户:公变,10kV金水线/10kV建设线悦珑湾东区1#配电室(双电源)、10kV金水线/10kV建设线悦珑湾东区2#配电室(双电源)、10kV金水线/10kV建设线悦珑湾东区3#配电室(双电源)、10kV金水线/10kV建设线悦珑湾东区4#配电室(双电源)、10kV金水线/10kV建设线悦珑湾5#配电室(双电源)、10kV金水线/10kV建设线悦珑湾6#配电室(双电源)、10kV金水线/10kV建设线悦珑湾7#配电室(双电源)、10kV金水线/10kV建设线悦珑湾8#配电室(双电源)、10kV建设线/金水线悦珑湾9#配电室(双电源)、10kV建设线/金水线悦珑湾1#配电室(双电源)、10kV建设线/金水线悦珑湾2#配电室(双电源)、10kV建设线/金水线悦珑湾3#配电室(双电源)、10kV建设线/金水线悦珑湾4#配电室(双电源)。专变,悦珑湾东区用户专变7105423273(双电源)、悦达物业7103923862(双电源)。

因预安排检修于9月23日7:30至10:30,影响线路涉及10kV潮阳线。10kV潮阳线影响用户:德喜02号变、德喜03号变,盐城经济技术开发区水利局、中国移动通信集团江苏有限公司盐城分公司。

因预安排检修于9月25日15:00至18:00,影响线路涉及110kV悦达变10kV五星线。110kV悦达变10kV五星线影响用户:公变,五星2#公用变。专变,无。

因预安排检修于9月25日14:30至17:30,影响线路涉及10kV悦达变10kV站前变。10kV悦达变10kV站前变影响用户:公变,大星16#、大星7#。专变,无。

因预安排检修于9月25日6:30至09:30,影响线路涉及110kV亭湖变10kV亭湖线。110kV亭湖变10kV亭湖线影响用户:公变,光荣2#变。专变,无。

因预安排检修于9月25日7:30至12:30,影响线路涉及110kV亭湖变10kV亭湖线。110kV亭湖变10kV亭湖线影响用户:公变,南映5#变、南映18#变、南映13#变、南映14#变、南映10#变、南映11#变、南映3#变(需短时停电调电)、南映9#变(需短时停电调电)、南映16#变(需短时停电调电)、南映15#变(需短时停电调电)、南映17#变(需短时停电调电)、南映12#变(需短时停电调电)、南映20#变(需短时停电调电)。专变,盐城市纤维检验所(办公实验楼)7919002081、江苏省特种设备安全监督检验研究院盐城分院7102799430、盐城贝斯特动力机械有限公司7919000488、江苏微磁科技有限公司7104139168、江苏亭湖经济开发区建设局7919000437、江苏远昇光电股份有限公司7105045121、江苏伯乐达照明电器有限公司7105549850、江苏沿海地区农业科学研究所7900119168、联合幕墙250KVA临时用电7104956307、江苏恒悦机械有限公司7104858327。

因预安排检修于9月23日6:00至12:00,影响线路涉及青墩变10kV青工线/10kV青阳线。青墩变、南洋镇、青工线代码(112181)影响用户:青墩供销社商住楼、青阳花园小区、盐城市华居置业有限公司(3203003257329)、农民集中居住区、青阳线代码(112194)影响用户:江苏新青阳实业投资有限公司(3203003024621)、集镇10#变、三尖9#变、三尖5#变、三尖16#变、三尖14#变。

查询电话:89895598