

山东省老年人体育协会

关于举办 2025 年全国老年人柔力球科学健身 指导活动（山东站）暨沙滩竞技柔力球 邀请赛的通知

有关单位：

为满足老年人多元化体育健身的需求，把科学健身指导活动送到老年人身边，推动基层老年人柔力球骨干的教学、组织和竞赛水平，经研究，定于 9 月 14 日至 19 日在山东省烟台市黄渤海新区举办 2025 年全国老年人柔力球科学健身指导活动（山东站）暨 2025 年老年人沙滩竞技柔力球邀请赛。

现将有关活动方案和竞赛规程印发给你们，请积极组织人员和队伍参加。

- 附件：1. 2025 年全国老年人柔力球科学健身指导活动（山东站）方案
2. 2025 年老年人沙滩竞技柔力球邀请赛竞赛规程
3. 活动日程表
4. 全国老年人柔力球科学健身指导活动报名表

5. 沙滩竞技柔力球邀请赛报名表

6. 自愿参加责任书

7. 保险服务方案



附件 1

2025 年全国老年人柔力球科学健身指导活动 (山东站) 方案

一、主办单位

中国老年人体育协会
山东省老年人体育协会

二、承办单位

烟台市老年人体育协会

三、协办单位

烟台黄渤海新区教育体育局
烟台开发区老年人体育协会
中日韩体育文化（烟台）产业园

四、运营单位

山东海乐福体育文化产业有限公司

五、时间与地点

2025 年 9 月 14—17 日在山东省烟台市黄渤海新区古现大街 28 号中日韩体育文化（烟台）产业园都市花园酒店举行。9 月 14 日报到，15-16 日活动，9 月 17 日离会。

六、报名要求

(一) 各市、大企业、省烟草及省直机关老体协每单位可推荐

竞技人员 3-4 人参加；

（二）人数限定 150 人以内，额满为止；

（三）参加人员需签署自愿参加责任书并请自行办理人身意外伤害保险。

七、活动内容

（一）《柔力球竞赛规则（2020 版）》解读；

（二）《沙滩竞技柔力球竞赛规则（试行）》讲解；

（三）竞技柔力球技战术及三人制学习；

（四）沙滩竞技柔力球动作教学；

（五）教学成果展示交流活动。

八、结业

参加人员按时学完全部课程经考核合格后颁发结业证书。

九、报名、报到和离会

（一）报名

请参加科学健身指导活动人员于 2025 年 9 月 10 日前将相关报名表通过电子邮件发送至山东海乐福体育文化产业有限公司邮箱。

山东海乐福体育文化产业有限公司

联系人：徐红梅（13375351333，微信同号）

电子邮箱：53260555@qq.com

（二）报到

参加科学健身指导活动人员请于 9 月 14 日自行前往山东省

烟台市黄渤海新区中日韩体育文化(烟台)产业园都市花园酒店。报到时须出示第二代身份证原件，保险单原件（或证明），本人和亲属签字的《自愿参加责任书》，未能提供者，均不允许参加本次活动。如出现任何意外情况，主、承办单位不承担任何责任。

（三）离会

请参加人员提前订好返程车票、机票。

十、经费及保险

（一）本次活动不收取培训费用。相关场地租金、教师酬金等由主办、承办单位负担。

（二）参加人员差旅费自理。统一安排食宿，食宿费每人每天 260 元，合计每人 780 元。报到时一次性付清，中途离班费用不退；承办方统一安排标准双人间，如需单间请在《报名表》上备注并自付房间差价。

（三）提前报到或推迟离班人员须提前与承办单位联系，费用自理。

十一、交通信息

（一）烟台蓬莱国际机场

1. 巴士车乘车办法：乘坐机场巴士永旺线 7 站到金桥澎湖湾广场（富士康）站步行 360 米到富士康南 2 门站（开发区社会福利中心方向）乘坐 223 路公交车 6 站到金桂小区站下车步行 330 米到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

注：机场巴士永旺线发车时间为 10:00-16:00，223 路发车

时间为 06:30-18:00。

2. 出租车乘车办法：乘坐机场出租车到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

（二）烟台高铁站和烟台高铁南站

1. 烟台站巴士车乘车办法：步行 200 米到火车站北广场站（始发站）磁山公园方向，乘坐 211 路公交车 47 站到古现小区站下车步行 780 米到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

注：211 路发车时间为 07:00-17:40。

2. 烟台南站巴士车乘车办法：步行 260 米到烟台南站（始发站）乘坐高铁巴士 2 号线汽车西站方向 31 站到益佰口腔站同站换乘 203 路现代汽车研发中心方向到古现小区站下车步行 480 米到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

注：高铁巴士 2 号发车时间为 06:00-21:45，203 路发车时间为 05:40-19:00。

3. 出租车乘车办法：乘坐车站出租车到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

（三）自驾：自驾人员请自行搜索中日韩体育文化（烟台）产业园。

附件 2

2025 年老年人沙滩竞技柔力球邀请赛竞赛规程

一、主办单位

山东省老年人体育协会

二、承办单位

烟台市老年人体育协会

三、协办单位

烟台黄渤海新区教育体育局

烟台开发区老年人体育协会

中日韩体育文化（烟台）产业园

四、运营单位

山东海乐福体育文化产业有限公司

五、时间和地点

2025 年 9 月 16 日-9 月 19 日在山东省烟台市黄渤海新区古现大街 28 号中日韩体育文化（烟台）产业园和烟台黄渤海新区金沙滩公园城市展示中心东侧沙滩举行。9 月 16 日报到，17-18 日活动，9 月 19 日离会。

六、比赛项目

比赛采取室内比赛和沙滩比赛形式，设男单、女单、混双（不

分组别)。

七、参赛办法

(一) 参赛运动员的年龄为 45 至 70 岁 (1980 年至 1955 年出生)。

(二) 山东省各市、大企业、省烟草及省直机关老体协每单位可派 1-2 支代表队参加;

(三) 特别邀请其他省 (区、市) 有关单位派队参加;

(四) 参加 2025 年全国老年人柔力球科学健身指导活动 (山东烟台) 人员和喜爱竞技柔力球的团体及个人均可报名。

(五) 参赛运动员无重大伤病史、无不适合参赛的相关疾病, 并签署《自愿参加责任书》。

八、比赛办法

(一) 室内比赛执行中国老年人体育协会审定的 2020 版《柔力球竞赛规则》。

(二) 沙滩比赛执行《沙滩竞技柔力球竞赛规则 (试行)》。

(三) 比赛球拍必须符合比赛要求, 穿着运动服, 运动鞋即可。

九、奖励办法

按 40%、60% 比例颁发优胜、优秀奖。

十、经费

(一) 本次比赛不收取报名费

（二）参加人员差旅费自理，组委会统一安排指定酒店，食宿每人每天 260 元，合计每人 780 元。报到时一次性付清，中途离班费用不退；承办方统一安排标准双人间，如需单间请在《报名表》上备注并自付房间差价。联系人：孙老师 13306386399。

（三）参加活动人员均须购买人身意外伤害保险、突发急性病身故保险及附加意外医疗保险。

十一、报名与报到

（一）报名

1. 各参赛选手须于 2025 年 9 月 16 日前将《邀请赛报名表》、本人和直系亲属签名的《自愿参赛责任书》、第二代身份证复印件、县级以上医院健康证明扫描件发送到邮箱，并请以电话方式确认报名成功。

联系人：徐红梅

手 机：13375351333（微信同号）

邮 箱：53260555@qq.com

2. 报名后不允许更换队员，如有特殊原因确需更换的，须在报到时由组队单位向组委会提交正式书面请示（盖章原件），经研究同意方可更换。

（二）报到

各代表队请于 2025 年 9 月 16 日 17:00 前到中日韩体育文化（烟台）产业园（烟台黄渤海新区古现大街 28 号）报到。

报到时须向组委会提供身份证原件、健康证明、自愿参赛责任书、保单原件或证明进行审核，未能提供上述材料者，不允许参加本次比赛。如在比赛期间出现意外情况，组委会不承担任何责任。

十二、交通信息

（一）烟台蓬莱国际机场

1. 巴士车乘车办法：乘坐机场巴士永旺线 7 站到金桥澎湖湾广场（富士康）站步行 360 米到富士康南 2 门站（开发区社会福利中心方向）乘坐 223 路公交车 6 站到金桂小区站下车步行 330 米到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

注：机场巴士永旺线发车时间为 10:00-16:00，223 路发车时间为 06:30-18:00。

2. 出租车乘车办法：乘坐机场出租车到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

（二）烟台高铁站和烟台高铁南站

1. 烟台站巴士车乘车办法：步行 200 米到火车站北广场站（始发站）磁山公园方向，乘坐 211 路公交车 47 站到古现小区站下车步行 780 米到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

注：211 路发车时间为 07:00-17:40。

2. 烟台南站巴士车乘车办法：步行 260 米到烟台南站（始发站）乘坐高铁巴士 2 号线汽车西站方向 31 站到益佰口腔站同站换乘 203 路现代汽车研发中心方向到古现小区站下车步行 480 米

到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

注：高铁巴士 2 号发车时间为 06:00-21:45，203 路发车时间为 05:40-19:00。

3. 出租车乘车办法：乘坐车站往出租车到达中日韩体育文化（烟台）产业园。

（三）自驾：自驾人员请自行搜索中日韩体育文化（烟台）产业园。

十三、未尽事宜，另行通知。

十四、本规程由承办单位负责解释。

附件 3

活动日程表

日期	时间	内容
9 月 14 日	全天	科学健身指导活动报到
9 月 15 日	08:30-09:00	开班仪式
	09:00-11:30	《柔力球竞赛规则（2020 版）》解读
	14:30-17:30	《沙滩竞技柔力球竞赛规则（试行版）》讲
9 月 16 日	08:30-11:30	沙滩竞技柔力球动作教学（1）
	14:30-17:30	沙滩竞技柔力球动作教学（2）
9 月 16 日	全天	沙滩竞技柔力球邀请赛报到
9 月 17 日	08:30-9:00	科学健身指导活动结业仪式
	9:00	沙滩竞技柔力球邀请赛开幕式
	9:30-11:30	沙滩竞技柔力球邀请赛室内比赛
	13:00 前	科学健身指导活动离会
	14:30-17:30	沙滩竞技柔力球邀请赛室内比赛
9 月 18 日	08:30-11:30	沙滩竞技柔力球邀请赛沙滩比赛
	14:30-17:30	沙滩竞技柔力球邀请赛沙滩比赛
	17:50	颁奖仪式
9 月 19 日	13:00 前	离会

附件 4

全国老年人柔力球科学健身指导活动报名表

单位（盖章）：

序号	姓名	性别	民族	身份证号	单位	联系电话	备注

联系人：

联系电话

附件 5

沙滩竞技柔力球邀请赛报名表

代表队名称： 联系人： 电 话：

序号	身份	姓名	性别	电话	身份证号码
1	领队				
2	教练				
3	队 员				
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

2025 年 月 日

附件 6

自愿参加责任书

我自愿报名参加 2025 年全国老年人柔力球科学健身指导活动/邀请赛并签署本责任书。对以下内容，我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次沙滩竞技柔力球科学健身指导活动/邀请赛的所有规则规定；如果本人在参加活动过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止活动或报告比赛组委会。

二、我充分了解本次活动期间的培训、比赛或展示有潜在的危险，以及可能由此而导致的受伤或事故，我会竭尽所能，以对自己安全负责的态度参加。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好；没有任何身体不适或疾病（包括先天性心脏病、风湿性心脏病、高血压、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐、血糖过高或过低的糖尿病，以及其他不适合运动的疾病），因此我郑重声明，可以正常参加本次交流活动。

四、我同意接受主办方在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由本人负担。

本人签名：

亲属签名：

2025 年 月 日

附件 7

保险服务方案

保障项目	方案一	方案二	方案三
意外身故伤残	20 万	30 万	50 万
猝死	20 万	30 万	50 万
飞机意外身故伤残	20 万	50 万	50 万
大巴意外身故伤残	10 万	10 万	10 万
火车意外身故伤残	10 万	30 万	50 万
轮船意外身故伤残	10 万	30 万	50 万
意外伤害医疗（赔付比例 100%）	2 万	3 万	5 万
意外伤害住院津贴	100 元/天	200 元/天	300 元/天
救护车费用	1000 元	1000 元	1000 元
突发疾病险医疗	3000 元	5000 元	10000 元
附加扩展高风险活动	20 万	30 万	50 万
保险费（保险期限 1-5 天）	10 元	20 元	35 元
保险费（保险期限 1 年）	500 元	800 元	1000 元
备注：			
1. 提供活动期间 24 小时全天候保障，包括往返行程；			
2. 其中交通意外身故残疾保额为基本意外身故残疾保额之外的叠加			

微信扫一扫购买



承保保司：中国太平洋财产保险股份有限公司

投保联系人：吴经理 13771492775（微信 TYB_wudanqing）

吴经理 17313192380（微信同号）

理赔服务人：刘经理 18908189652（微信同号）

理赔流程：一、拨打报案电话 95500；

二、一次性告知您所需要的具体理赔资料（报案后保险公司会陆续安排工作人员联系报案人）；

三、保险公司在接收到索赔材料齐全、符合保险责任险的理赔资料后 10 个工作日内结案并安排支付理赔款。