

2025太马9月21日起跑

四万个参赛名额今起开抢

本报讯(记者 杨尔欣)6月22日,太原马拉松赛组委会发布2025太原马拉松赛竞赛规程,本届赛事竞赛规模为40000人,报名时间为6月23日10时至7月15日24时。

本届马拉松赛将于9月21日7时30分在五一广场起跑,设置全程马拉松(42.195公里)、半程马拉松(21.0975公里)、健康跑(约5公里)和欢乐跑

(约5公里)总计4个竞赛项目。

本届马拉松赛赛事总规模为40000人,其中,全程马拉松限报15000人、半程马拉松限报18000人、健康跑限报3000人、欢乐跑限报4000人(含1名至2名成人和1名儿童,儿童人数不超过成人人数)。

如果4个竞赛项目实际报名人数超过限报名额,需要依靠抽签决定参赛资

格,抽签时间为7月16日至7月21日,中签名单公布时间为7月22日14时。

需要注意的是,本届马拉松赛采用先缴费后抽签的报名模式,报名信息提交后须在15分钟内完成报名费支付,否则订单失效。访问太原马拉松赛官方网站、官方公众号或数字心动App,根据页面相关提示即可完成报名。

所有报名选手均可在7月15日24

时之前自主申请退费,报名截止后不支持申请退款,报名费不予退还。未中签选手的报名费,将在抽签结果公布后15个工作日内原路退回。

太原马拉松赛始于2010年,由山西省体育局、太原市人民政府主办。太原马拉松赛于2013年跻身中国田协金牌赛事,2019年第一次成为世界田联“金标”路跑赛事。



家长带娃在玉门河公园内戏水。

夏日乐悠悠 水上享清凉

6月21日迎来夏至节气,盛夏的起点。市民纷纷选择户外亲水活动,与水为伴,消暑解热,乐享清凉一“夏”。

戏水纳凉

上午10时,市民潘晓艳带着孩子来到玉门河公园,东门附近的一条水溪处,不少孩子在此戏水。水很浅,两边绿树成荫,形成了一处清凉佳境。溪水从青石上漫过,形成独特景观。孩子们手持水枪、水桶等玩具,站在水中嬉戏,欢声笑语不断。

市民陈旭开车带着孩子,前往阳曲县北小店乡六固村附近游玩。这里天蓝、山青、水绿,在山间勾勒出一幅秀美画卷。孩子拎着小桶,在小溪中捉蝌蚪、捡石头,玩得不亦乐乎。

连日来,汾河景区以及市区公园的景观湖处,游客数量明显增多。迎泽湖、晋阳湖、文瀾湖、龙潭湖、好问湖等,在周围绿树红花的衬托下,呈现出别样的景致。人们站在岸边,感受微风拂过水面的惬意,看着鱼儿在水中畅游,别有一番情趣。

游泳消暑

气温攀升,市民刘倩新办了一张游泳月卡,成了体育路一家游泳馆的常客。下午2时,前来游泳的市民络绎不绝,馆内的浅水区,不少家长与孩子一起游玩嬉戏。在泳池中央,几位泳者正沿着泳道全力“冲

刺”着。5岁的姐姐,双手拿着浮板,在爸爸的指导下,两只脚不停地踩水。孩子说:“外面太热,在泳池里玩耍很凉快,还能学会一项技能。”

“夏天在户外进行跑步、骑行、爬山等活动,满头大汗不说还很容易晒黑,游泳就不会出现这样的问题。”每到夏天,市民齐娜娜就会把健身方式改成游泳,锻炼效果好,体验更松弛。

游泳馆的负责人表示,每年的六、七、八月份,都是客流旺季,最近来办卡的人很多,

其中不乏打算在暑假来此学习游泳的学生群体。

别忘安全

亲水、戏水,别忘了安全。连日来,有多个社区举办了安全讲座,内容均与水有关。

6月20日,玉园南社区邀请消防人员,向居民讲解了小常识:家长带娃玩水,一定不要让孩子单独处于水中。无论大人还是孩子,都不要到无安全设施、无救护人员的水域游泳。

另外,可以学习一些溺水自救的方法。比如:遇溺水,尽量保持冷静,在放松的状态下,控制呼吸,尽量缩短深呼吸,以避免呛水;双臂向外展开,双手向上拍打水面,以便提高浮力,以达到最好的漂浮姿态;轻轻向后仰,让身体处于仰卧姿态,然后再慢慢侧滑进入侧卧姿态,头部和上半身向上,双腿和下半身下沉。

记者 李涛 文/摄

6月24日下午4时至7月7日上午9时 部分公积金业务暂停办理

本报讯(记者 贺娟芳)每年6月30日为住房公积金结息日。为确保2025年度住房公积金结息工作顺利开展,同时完成系统升级改造工作,自2025年6月24日下午4时至7月7日上午9时,太原市各住房公积金办事窗口,以及个人网厅、开发商网厅、单位网厅、微信公众号、手机App等线上服务渠道,将暂停办理业务。在此期间,仅提供业务咨询服务,如需咨询相关问题,可拨打住房公积金服务热线0351-12329咨询。

为保障结息及系统升级改造工作有序推进,2025年6月24日下午4时至7月7日上午9时期间,暂停住房公积金缴存业务受理,中心在各银行开设的缴款账户将不再接收缴款。特别说明的是,因中心系统升级改造期间暂停业务办理,导致缴存单位未完成6月份当月住房公积金正常缴存,单位在7月份完成6月份住房公积金缴存,在后续办理个人公积金贷款业务过程中,视同连续正常缴存。

同时,2025年6月25日至7月2日期间,暂停住房公积金贷款扣款业务

(含按月对冲、银行卡还款等方式)。对于原还款日在6月25日至7月1日的贷款,系统将统一调整至7月2日进行扣款。相关借款人需提前在还款账户中存足资金,避免因余额不足导致还款失败。需要特别说明的是,因系统升级改造造成的延迟扣款,不会计入逾期记录,也不会对个人征信产生影响。但如果是因借款人账户余额不足等个人原因致使扣款失败,将按照借款合同约定计收逾期利息,并如实上报征信系统。请缴存职工务必仔细确认还款账户资金充足,以免影响个人信用记录。

此外,市住房公积金管理中心提醒,各缴存单位和职工提前规划业务办理时间,合理安排资金使用,尽量避免因结息及系统升级改造期间业务暂停,对资金使用造成不便;贷款借款人务必密切关注还款账户余额变动情况,确保7月2日系统扣款时资金充足,顺利完成还款;若对本次业务调整存在疑问,请市民拨打住房公积金服务热线0351-12329咨询。

蒙山景区夜游季 28日开启

本报讯(记者 贾尚志)6月21日,蒙山景区发布消息,为丰富游客游览体验,暑期清凉夜游季将于6月28日开启。

蒙山景区暑期清凉夜游季开启后,每天营业时间为8时30分至21时30分,20时停止售检票。大佛亮灯仪式定于每日20时20分、20时50分举

办两场。炎炎夏日,游客走进蒙山景区,仿佛来到一个天然空调房,这里有潺潺流淌的溪流和郁郁葱葱的森林,带给游客丝丝凉意。夜幕降临,景区流光溢彩,游客可依次游览“蒙山晓月”、蒙山大佛、开化寺、铁佛殿、净明寺塔等景点,感受景区的别样魅力。

迎泽桥西社区招募暑期志愿者

本报讯(记者 张慧)为丰富学生暑期生活,搭建社会实践平台,下元街道迎泽桥西社区现面向辖区公开招募暑期志愿者,开展各类青少年实践活动。

本次招募对象面向辖区全体团员、中高考毕业生、高校大学生及其他有志于长期志愿服务的青少年。参与报名的志愿者需遵纪守法、身体健康,有较强的团队意识和组织纪律性,能保证相对固定的服务时间。服务时间为2025年7月7日至8月25日(周一

至周五)上午8:30-11:30,下午2:30-5:30。服务地点为迎泽桥西社区党群服务中心(太原市万柏林区晋祠路一段43号)。

其间,志愿者将参与知识普及教育、生活关怀服务、社区日常服务、公共设施维护、政策宣传推广、安全监督巡查、环保宣传引导等多项社区服务。待志愿服务结束后,社区将为服务积极的志愿者提供暑期社会综合实践证明,并对表现优异者颁发荣誉证书。有意者请致电0351-5636503咨询。