

# 郑州晚报

2025年1月2日  
农历甲辰年十二月初三  
星期四



郑州客户端 微信公众号  
我们一直在你身边

## 退休年龄变在哪？怎么自愿选择？提前或者延后退休怎么操作？ 开始实施！弹性退休暂行办法来了

A03

### 动起来“郑”精彩 一起“跑”进2025

郑州市第三十八届元旦长跑活动圆满举行 A04~05

#### 跑起来



鸣枪开跑

- 近万名来自各机关事业单位、知名企业和社会组织的长跑爱好者迎着朝阳开启新年第一跑
- 浩浩荡荡的长跑队伍穿过奥体中心、美术馆、博物馆、大剧院等郑州文体地标建筑，在享受运动快乐的同时，也领略了这座城市的独特韵味



健身慢骑

#### 嗨起来

- 郑州市首届全民健身运动会融合了赛事、运动体验、非遗、企业展示等多种元素，演绎出全民运动、全民共享的多彩与欢乐
- 全民健身，步履不停。新年第一天郑州已踏上加快推进“体育郑州”品牌建设、建设国家全民运动健身模范市的新征程



元旦长跑活动在郑州CCD开跑 记者 马健 徐宗福 王秀清/图