

海宁这赛道年纪可能比你爷爷奶奶还大 跑起来,却与新赛道一般活力四射

□本报记者 洪璇文/摄

“太美了,来这里不仅可以在那么漂亮的赛道上享受畅跑的乐趣,还能看到江边壮阔的潮水,心情特别好,跑得也非常轻松!”2016中国海宁追潮马拉松(以下简称海宁马拉松)女子半程马拉松冠军孔洁亲吻了一下奖杯,笑着和记者分享她的喜悦。

天公作美,阳光明媚,上周六早上9时,海宁马拉松鸣枪起跑,来自中国、美国、日本等多个国家和地区的近千名选手参加。绿荫夹道,阳光透过树叶洒下一地斑驳,选手们欢呼着出发。这条原本清幽的绿道被唤醒,在冬日的早晨显得生机勃勃。

在美景相伴下,赛道也着实不一般。本次马拉松的赛道设在翁金线,原名沪杭公路、01省道,沿着钱塘江途经海宁、海盐和平湖,连起上海和杭州,堪称中国公路发展的活化石,是浙江省第一条公路,也是中国第一条跨省国家公路。2012年开始,以建成“中国最美郊野绿道”为目标,海宁市启动了“百里钱塘国际旅游长廊”建设,翁金线也被逐步打造成生态绿道。

“我们兄弟俩不是冲着成绩来的,就是想再来感受一下

这条承载着历史与记忆的公路,重温三十多年前的时光。”来自嘉兴姚家荡跑团的李水荣和李正祥是堂兄弟,曾经还是少年的两人一同骑着自行车来海宁观潮,时隔多年,再次携手来到这里一同参加半程马拉松比赛的兄弟俩已是满头银发,他们对视一眼,颇有些感慨:“这是我们的‘首马’,觉得意义更加不同了。”

来自杭州下沙酷跑团的池升锚和队友们一大早赶到盐官,看上去精神特别好。“这段赛道我们并不陌生,平时我们跑团也常常组织来这里跑步。从杭州下沙出发,一般开车半个多小时就到了,十分方便。”

在现场,还有统一穿着红色服装的鼓手,每当选手经过,他们的鼓点声“咚咚咚”响起,让人为之一振,脚步也变得更有力量。

据悉,海宁马拉松自11月24日启动报名以来,“跑步+观潮”的休闲方式受到了广泛关注。短短33个小时,名额就被抢空。最终,来自杭州的毛健和嘉兴的孔洁获得本届男子半程马拉松和女子半程马拉松冠军,成绩分别为75分05秒和87分58秒。



畲乡体育进校园,特色项目放异彩

□本报记者 周志斌

“‘赶野猪’要速度快,锅可以这样摇,龙接凤原来这般生动有趣,板鞋和高脚竞速要稳……”走进景宁畲族自治县民族中学,畲歌飘扬,畲家的竹竿舞正婆娑起舞,大课间民族体育活动开展得有声有色。

在“赶野猪”活动现场,只见一个赛组分为两个队,每队5位同学,一群穿着红黑相间运动校服的同学通过赶、接、击等方法正有条不紊地进行着一场对抗赛。初中一年级同学季亚鹏速度、耐力、灵敏程度和团结互助的协作能力都相当不错,他告诉记者,自己练了很长时间了。有时上午的学习很紧张,每次课间参加这样的运动活动,感觉整个身心都放松了不少。

“赶野猪”是畲族人在长期的劳动实践中创造并流传的,谁先将“野猪”赶进笼子就得分,这项运动能锻炼身体,又能发扬民族文化。

不仅“赶野猪”,像采柿子、龙接凤、操石礅、板鞋竞速、摇锅、高脚竞速等这些畲族传统体育项目都是集健身、竞技、娱乐、观赏为一体的体育活动,极其富有动力和感召力。民族中学体育老师兰进平介绍道。

“民族体育从孩子抓起,我们学校推广畲族所有民族特色体育活动,如今不仅是大课间开展的常态活动,而且每星期都有特色民族体育比赛。”沈立清是学校的后勤老师,介绍起学校的民族特色体育项目很是得意。

不同于其他学校大课间开展跳绳、广播体操等运动,民族中学突出的是按区块划分进行畲族特有的传统体育活动,这也是每天大课间40分钟的“必修课”。

据介绍,民族中学以“弘扬民族体育文化,靠特色促发展”的办学理念,是景宁县培育和打造民族特色体育品牌的一个缩影。长久以来,畲乡体育在景宁畲族自治县被很好地保存、传承和发展。景宁通过推动民族体育项目与文化表演项目融合,着力让体育项目走出大山,大力夯实民族体育培训基地,开设传统体育项目课程等举措,民族传统体育在景宁不断弘扬传承,有力地推进了全民健身运动和景宁县体育全面发展。

千名小选手泳池大比拼 下一个奥运冠军也许就在这里

□本报记者 沈梦雪

“小朋友们把号码牌拿好,身上的浴巾披好,不要着凉了……”上周六早上7点,在杭州游泳馆门口聚集了一群穿着花花绿绿泳衣的小朋友。原来,他们都是2016年杭州市“市长杯”少年儿童游泳分站赛第五站的小选手,随着这一站比赛的结束,今年的“市长杯”少儿游泳赛全部落幕。

今年是奥运年,孙杨、傅园慧等游泳名将的走红让原本群众基础深厚的游泳项目又火了一把,这股“杭儿风”越吹越盛,越吹越大。

和前几站的比赛一样,这一站比赛观众上座率高,参赛队员人数多。因为举办“市长杯”少年儿童游泳比赛不仅是为了迎接2022年短池游泳世锦赛到来,也是检

验杭州少年儿童游泳项目开展的阶段性成果,所以今年这几个分站赛的热闹程度都快赶上了专业成人比赛。

本站比赛,曾培养了罗雪娟、孙杨、叶诗文等一批世界冠军的陈经纶体校也组了三支运动队来参赛,显示了强大的团队实力以及厚实的基础,提升了比赛的整体实力。

这个比赛也成为不少教练挑选千里马的好平台。这不,今年的7岁的张子萱学习游泳2年,第一次参赛就在50米自由泳的比赛中取得冠军,天赋出众的她比赛一结束,便已经收到了陈经纶体校、大关游泳健身中心等机构的教练抛来的橄榄枝。看着孙女拿到冠军,还被知名教练看上,看台上的爷爷笑得合不拢嘴。爷爷是

冬泳爱好者,发现自己的孙女有游泳天分后就带着孙女天天学游泳,他说:“能在这么多青少年当中脱颖而出,说明孩子还是有点真本事的。”

当然,在赛场边也有不少家长的想法很简单,“让孩子学游泳能增强体质,还是一项生存技能,何乐而不为。”除此之外,家长愿意送孩子练游泳还有一个原因——学游泳一般都是业余时间,不耽误孩子学习。

据介绍,从2013年起,游泳项目正式纳入杭州中考体育的耐力类考核项。当然,应试不是最终目的,游泳已经成为杭州这座城市最具代表性的运动。也许过不了几年,下一个奥运会冠军、世锦赛冠军就是从“市长杯”少儿游泳赛上走出来的。



秀舞

首届台州市老年健康生活博览会活动之一的2016年广场舞大赛近日举行。来自全市各地的23支代表队进行角逐,13支队伍进入复赛。

通讯员 白雪文/摄