



◎拥有凯普·拥抱健康◎
Have champ embrace health

本栏目由杭州凯普体育器材有限公司独家冠名



寻找身边最美的健身场馆设施

◎如何建好、用好身边健身场馆设施大巡礼
◎全省11个市、90个县(区)记者足迹大寻访
◎100个健身场馆设施“百里挑1”大评选

嘉善：“桃花岛”上健康走出来

□本报记者 洪璇

个性名片：利用天然生态资源，打“生态旅游+体育休闲”融合牌。

以往说起嘉善，大多数人都会想到西塘，但是如今，姚庄镇北鹤村的桃花岛那美不胜收的风景同样令人交口称赞。

桃花岛顾名思义，自然是遍布桃花，没错，北鹤村四面环水，自然环境清新独特，景色宜人，被称为“浙北桃花岛”，全村因种植黄桃而远近闻名，黄桃产业是北鹤村的支柱产业，也是北鹤村民收入的主要来源。

这里有一条格外引人注目的休闲健身步道，全长约8公里，围绕整个村庄，并贯穿于景区内外。为了让游客在健身的同时也能欣赏到独特的美景，步道沿途建起了多处景点，如水韵风情区、桃韵广场、采摘桃林、桃园游廊、野外拓展训练基地等。

每到春暖花开之际，满树的桃花肆意绽放，粉红粉白落英缤纷，不远处还有雪白的梨花和金灿灿的油菜花，交织着碧绿的麦芽，整个北鹤村仿佛成了上帝打翻的调色盘。游人行走在健身步道上，既欣赏了当地的农耕文化，又体验了水乡特色的小巧流水。如织的游人慕名而来，沉醉在田野里青蛙呱呱的叫唤声中，似乎耳畔隐约还响起了古韵悠扬的嘉善田歌。

北鹤村算是桃花岛“岛主”，可谓是苦心经

营，将生态资源这一天然资本利用起来，融合发展生态旅游与体育休闲。都说“一棵桃树两个节”，桃花岛每年主要有两个旅游高峰期，三月份是桃花观赏期，观“桃海”，陶冶情操；八月份是黄桃采摘期，采摘具有营养保健价值的黄桃。这两个传统项目，吸引了众多游客前来，为了保证稳定的客流量，当地还引进垂钓、观赏鱼等不少项目，让置身其中的游客能有更多体验和乐趣。

整个休闲健身步道以亲近自然、融入自然为主题，是良好的健身休闲场所。集农业观光、农俗体验、健身娱乐、休闲度假为一体的桃花岛，更是将北鹤村打造成为自然、和谐、舒适、休闲的新农村，改善了村庄环境和居住环境，再现了“小桥流水人家”的江南风情。

葛峰是嘉善本地人，他说，桃花节时期，他都会带上老婆孩子驱车前往北鹤村，参加当地组织的亲子游乐活动，“往往这时候，桃花岛上客流量都是爆满的！”葛峰感叹道。一般来说，沿

着桃花岛的健身步道兜上一圈大约需要两个小时，葛峰是摄影爱好者，他置身于美景间从不吝啬快门，举家游园，“咔嚓”，妻子孩子的笑脸都被定格在他相机的画面里，张张可谓是“人面桃花相映红”。

“健身步道周边都是花，景色宜人，一边健身一边赏美景，周边还都是小桥流水人家，玩上一圈离开前还可以采购一些老乡自制的无污染农副产品，觉得来一趟特别值！”正是如此，葛峰一家和桃花岛的“约会”每年从未间断。



地理坐标：嘉兴市嘉善县姚庄镇北鹤村

发现号：035

发现号：036

地理坐标：绍兴市镜湖新区核心区域

绍兴：大型游泳馆劲吹亲民风

□本报记者 沈梦雪

个性名片：“高大上”的游泳馆除了举行比赛，也为老百姓提供了很多惠民便利。

去年底，第十五届全国大学生游泳锦标赛在绍兴市奥体中心游泳馆圆满落幕。这里专业的泳道和一流的设施让来自全国59所高等院校的700多名运动员见识到了什么叫“国际化”标准泳池。

自从2014年省运会结束之后，作为游泳项目比赛地的绍兴奥体中心游泳馆人气越来越旺。据官方数据统计，从2014年9月至2015年12月，奥体中心游泳馆共接待前来游泳的市民23万人次。中心副主任孟建祥表示：“这样的人流量是一般游泳场馆达不到的，而且根据2016年年卡的销售情况来看，今年的人流量还会递增。”

奥体中心游泳馆分为比赛区和训练区，比赛区设有50m×21m比赛池一座，可以进行游泳、水球、花样游泳等项目的比赛，3000座的看台更是让整个场馆看起来有模有样。训练区的造浪池、戏水池、温泉SPA用于市民健身和娱乐。孟建祥说：“在规划之初，中心就把这个训练区定位给老百姓使用，现在很多家长也是冲着这个娱乐区带孩子来体验的。”

每年暑假，为了让孩子学会游泳，不少家长都不得不花重金选择商业性的培训机构，但从2015年新学期开始，一场名为“水乡孩子学游

泳”的公益性培训活动在奥体中心拉开帷幕。来自越城区树人小学、塔山中心小学、戴山中心小学、鲁迅小学、北海小学的500名学生，率先享受到这一福利。培训的费用依据运营成本每位学生800元，其中学生自理一半，其余部分由绍兴市红十字会落实赞助企业出资解决。也就是说，参与培训的学生家长只需要支付400元，就可以让孩子学游泳了，这与暑假期里动辄上千元的培训费用形成了鲜明的对比。

“水乡孩子学游泳”公益培训活动作为拓展学校体育教育课堂的一部分，与平时学校的教学活动深度融合。“一个学期开设下来，不少家长反映还想继续让孩子参加这个培训，其他城区的学校也有意向和我们进行合作。”孟建祥说。

游泳馆利用周一至周五的下午时间对学生进行培训，学校则把游泳培训列入学校教育计划，确保小学阶段完成15课时，初中阶段完成12课时的实践培训。家住市中心的屈瑜一直让孩子在奥体中心学游泳，她

说：“相比市区其它游泳馆，奥体中心不仅价格实惠而且设施更好，水也干净，教练很多都是退役运动员，性价比更高，我更愿意选择让孩子到这里来学游泳。”

为了让更多市民享受游泳的健身乐趣，为此，奥体中心游泳馆还推出了例如“春季全民游泳健身惠民”等系列公益活动，活动期间每天游泳票以10元/张(当天购票当天使用)的超低价供应。此外，全年的游泳卡也推出了很多优惠活动，吸引众多市民求购。

