

7·16全民游泳相约嘉兴南湖 在自然怀抱中让身心任“游”

□见习记者 马超

嘉兴南湖,素来以“轻烟拂渚,微风欲来”的迷人景色著称於世。7月16日,2016全国“7·16全民游泳健身周”(浙江分会场)启动仪式、“体彩杯”2016年中国嘉兴南湖公开水域游泳邀请赛暨嘉兴市第四届市民运动会公开水域游泳比赛在嘉兴南湖盛大开赛。活动吸引了来自全省各县市19支队伍,近500人参加。

对喜欢游泳的朋友们来说,“7·16全民游泳健身周”应该不会陌生。自2014年起,国家体育总局游泳运动管理中心、中国游泳协会、中国救生协会共同发起该活动,今年已经是第三年举办了,这项活动不仅是开展各类游泳活动的大舞台,更是普及青少年游泳的大讲堂。在今年的“7·16全民游泳健身周”中,青少年系列活动内容依旧丰富多彩,共包含:全国倡议、游泳培训、游泳比赛、海豚达标、公益游泳安全知识普及、游泳救生辅导和青少年免费体验游泳等七大方面。今年,浙江嘉兴作为全国六个分会场之一,在红色圣地——南湖举行了公开水域游泳大赛。

本次大赛分设市民运动会组、公开水域邀请赛组和畅游组。活动现场气氛高涨,热闹非凡,参赛选手等不及裁判提醒,纷纷换上泳衣戴上泳镜,跃跃欲试,看到有记者采访,许多选手都会主动介绍起自己与游泳的渊源。由于畅游组不计成绩

和名次,因此吸引了许多业余游泳爱好者的现场参与。为了确保参赛者的人生安全,除了救生艇护航,赛事主办方还安排了一支20人的护游队与畅游组的选手一同游完全程。嘉兴市游泳协会秘书长吴雷向记者表示:“公开水域有别与泳池,如何确保选手安全是我们最优先考虑的问题。”

来自嘉兴益弘救援中心的参赛者王明胜今年67岁,是青岛人,回忆起当初刚来到嘉兴时,由于南北差异,生活并没有那么如意,但随后王明胜发现这座江南水乡有着与海滨城市青岛相似的地方,那就是老百姓热爱游泳,老人因为游泳认识了新的朋友,因为游泳融入了新的城市。谈及这次公开水域游泳的感受,老人说了两个字:舒心!

来到活动现场的游泳老人还有84岁的赵绍兰,他告诉记者,自己坚持游泳有13个年头了,用老人的话说,饭可以不吃,觉可以不睡,但游泳是每日必修的功课,因为正是游泳救了老人的命。原来,13年前老人因为心血管疾病被送进医院抢救,医生告诉赵邵兰,如果再晚5到8分钟来医院,人可能就救不活了,正是那次的触动让老人决定锻炼身体,在听说游泳,特别是冬泳有号称“血管操”的说法后,老人毅然决然开始练习冬泳,这一



游就是13年。现如今,老人身上没了任何病痛,吃嘛嘛香,老人还加入了嘉兴冬泳协会,虽然这次因为年纪的关系无法参赛,但能来感受下现场气氛老人就知足了。

市民运动会组的比赛看点十足,桐乡市冬泳协会包揽了该组1200米的男女冠军。赵广宇游完1200米后大呼过瘾:“爽!在大江大湖里游泳的感觉就是不一样!”正在读研的赵广宇告诉记者,小学时他曾在专业队练过游泳,但一直以来都是在泳池里游,下到公开水域里的机会很

少,这次的邀请赛算是让他尽情地“放肆”了一把,能在大自然的怀抱中畅游,同时又收获了一枚冠军,小赵第一时间发了朋友圈与亲人朋友分享喜悦。

记者从组委会裁判组了解到,本次大赛选手水平有所提升,许多选手有过专业训练的经历,而报名畅游组的游泳爱好者人数也较去年有了激增。此外,取得好成绩也应该归功于好天气,比赛当日嘉兴南湖下起了小雨,气温在26摄氏度左右,副总统裁判长陈效彬表示,“爱游泳的人都不怕雨,烟雨南湖让选手更享受比赛。”

畅游母亲河 公益宣传日

本报讯 7月16日下午,建德市冬泳协会举行了纪念毛泽东畅游长江50周年“珍爱生命·畅游母亲河”活动。

本次活动在新安江举行,近100名会员从假日码头下水,纵身跳入江水中开始畅游,到老广场白沙亭码头上岸,在水温16摄氏度的母亲河畅游2000米,成了新安江畔一道独特美景。

活动结束后,建德市冬泳协会联合建德市科学技术协会在白沙广场江边举行“珍爱生命谨防溺水”公益宣传启动仪式,随后会员们拿着宣传资料奔向各个广场

和居民社区向中小學生宣传和发放防溺水科普传单,全面普及“珍爱生命谨防溺水”知识,让游泳爱好者在全民游泳健身周活动中,快乐游泳、健康游泳、文明游泳、安全游泳。

建德市冬泳团队是积极参与全民健身活动标志性的激情队伍,携着坚毅的品质积极投身到全民健身运动休闲行列建设中,许多队员坚持冬泳,营造了良好的冬泳运动氛围,每天都有队员在新安江畔罗桐埠段,四季恒温的江水中畅游,成为建德独特风景。(通讯员 陈启浩 文/摄)



普及少儿游泳的大讲堂 展示百姓泳技的大舞台 雨中泳池上演拼搏“大片”

□通讯员 陆庆和 本报记者 沈梦雪

本报讯 7月16日,尽管夏雨淅沥,但在杭州陈经纶体校的游泳池内,仍然是人头攒动。由杭州市游泳协会主办的“7.16全民游泳健身周”活动(杭州站)暨2016年杭州市第三届“金海豚”游泳公益培训活动和杭州市第四届全民健身游泳达标赛如期举行。

今年杭州市游泳协会以“安全游泳、快乐游泳、科学游泳”为主题,联合各家游泳馆共同推出了公益培训。消息一出,短短几天时间里,就收到了两百多人的报名。南肖埠小学四年级的郑博文今年11岁,已是第3年参加公益游泳培训了,他妈妈高兴地说:“我们从台州来杭打工的,平时工作都很忙。一放暑假,就特别担心孩子在家无人照看。现在好了,不仅可以让孩子免费学习游泳,而且我们家长也不用担心了。”

游泳作为广大市民百姓喜爱的时尚体育,每年新增初学游泳的人群数量不容小觑,尤其是青少年群体占比较大。尽快让中小學生掌握游泳救生知识与基本技能,消除水上安全隐患已是刻不容缓。为此,杭州游泳协会在这天特意安排了志愿者服务队的公益使者们,专门为孩子和家长们讲解及演示预防溺水与水上救生知识,生动形象地向在场的学员和观众们普及了游泳运动的基本常识,帮助大家增强了安全游泳、科学锻炼的意识,受到了大家的普遍欢迎。

据悉,杭州市游泳协会的游泳公益培训活动已经坚持了两年,直接受益学员有189人,间接受益学员近400人。杭州市游泳协会秘书长宦国华告诉记者:“借助‘7.16全民游泳健身周’活动的契机,让更多的‘小候鸟’们掌握一项生存的技能,尽早学会游泳,预防自身溺水,并从小养成安全锻炼、科学健身的习惯,对于他们今后的健康成长是非常有意义的。因此这项公益游泳培训活动我们将会持续坚持下去。”

活动当天,杭州市第四届全民健身游泳锻炼达标赛也热闹“开游”。这让来自全市业余游泳俱乐部、以游泳爱好者为主的22个代表队的300多名市民百姓直呼过瘾。

“战衣欲湿三伏雨,碧波不寒泳士情。”这场浙江市民百姓自家的游泳“盛会”,作为“7.16全民游泳健身周”活动(杭州站)的重头戏,让市民享受到了游泳的快乐。正如杭州市体育局丁炯副局长所说:“杭州有着良好的游泳氛围和群众基础,积极普及与推动群众性游泳健身运动的发展,是提升全市社会体育基础,提高大众体育素质,助力体育强市建设的“基础工程”。通过这类平民化、大众化的体育赛事活动,把杭州的全民游泳健身水平提升到一个新的高度,为打造历史文化名城,魅力健康之市,喜迎G20的召开作出新的贡献!”