

棒棒哒！老当益壮海南环岛骑行游

□通讯员 刘博瑾

近日,衢州6位爱好自行车骑行大爷结伴“飞”到海南,由海口出发,开展为期10天的环岛自行车骑行活动,展示衢州当代老年人健康向上、充满活力的精神面貌。他们选择了先从“海南东线骑行,追随椰林斜阳”的线路,经由文昌、琼海、万宁、陵水等地,完成了东线的骑行。随后西线的骑行中,6位老年人从三亚向乐东出发,用5天时间完成西线的骑行,终于回到海口,结束整个海南环岛自行车骑行活动。由于当地修路导致路况欠佳,他们只好临时把骑行线路作了调整,里程数与原预计的900公里相比少了一点,手机上的骑

车软件显示,实际骑行总里程为895.4公里。

值得一提的是,海南有遍布全岛的连锁自行车骑行驿站,为游客提供自行车租借、修理等服务,可以在不同地点租车、修车、还车。这为他们这次骑行运动提供了极大的便利。

这6位老年人在衢州早就置办了各自的骑行运动专用自行车和服饰,而且与一些有共同爱好的老年人一起,组成了骑行团队——“衢州夕阳红骑行之家”,其中不乏女性老年人。平时,该团队经常到衢州城乡及周边地区开展骑行运动,游玩、健身两相宜。



马拉松选手突发意外 衢州退休医生现场救护

日前,衢州市选手王建儿在兰溪乡村马拉松赛上,为一名突发意外的选手急救,为“最美衢州人”再添新乐章。

王建儿是衢州市人民医院急诊科退休医生,平时酷爱运动。3月20日,他在兰溪第一次参加马拉松赛事,目标是跑进2小时。

上午8点半,比赛开始后,王建儿按照自己平时训练的速度把控时间,平稳前进。在前进到15公里左右时,他突然看到

赛道左侧前方有一位运动员双手抱头,跪倒在地,旁边站着一位志愿者在打电话。

凭着多年的急救经验,王建儿感觉情况不对,马上离开赛道,跑到那位运动员身边。这时,只见这位运动员抱头的双手突然松开,面朝地面倒下,不省人事。

“我是医生,让我来看看!”王建儿连忙蹲下,将倒地者翻过身来,发现他双眼紧闭,口吐白沫。王建儿将手伸向他的颈动脉,发现颈动脉跳动稳定,又按了他的

脉搏,判断这位选手很大可能是因低血糖、体力透支或者癫痫病而晕厥。考虑到这名选手是缓慢倒地的,嘴角有白沫,王建儿判断也有可能是脑血管出现问题,他对病人进行了初步判断和实施了紧急施救措施,直到急救车赶到。

在告知救护医生自己的初步判断和应注意事项后,王建儿继续踏上赛道。因为突然停止跑步并长时间蹲姿,他左膝肌肉不适,最后3公里步行到达终点。尽管

如此,王建儿依然以2小时24分6秒的速度完成比赛。他的举动,让参赛的衢州跑友倍感敬佩。

王建儿表示,这已不是他第一次在集体运动中遇到突发情况并施救。有一次去药王山的骑行中,一位骑手突然晕倒,也是他做了紧急处理让该骑手转危为安。“作为一名医生及时救护他人,是自然的职业反应。”王建儿说。

(通讯员 姜安琪)

“健美小姐”当教练:我想给孩子们一个艺术乐园

衢州市区金都舞蹈培训中心的校长罗小燕,出生于常山农村。作为健美教练和舞蹈老师,她可谓是拼命女汉子。自信、阳光,艺术达人罗小燕给人的印象就是一位运动健将。

“我以前开过一家幼儿园,不过,因为喜欢舞蹈,我把幼儿园转让后,去上海师范大学艺术学院舞蹈系进修学习舞蹈

了。”罗小燕说,自己喜欢健美,但是大家的印象里,健美的只有男性,所以她是“顶着压力走上健美之路”。好在罗小燕的努力没有白费,分别取得了浙江省健美健身锦标赛2005年A组冠军和2006年A组亚军,还被评上浙江省“健美小姐”。取得荣誉后,罗小燕在广州、温州等地当了3年健美教练,2005年回到衢州。

“回来以后,我就办起健身房,做起教练。”罗小燕说,因为有健美和舞蹈优势,2007年后,她在市区开了一家少儿舞蹈培训机构,“现在的家长们理念越来越新,都希望把孩子培养得有艺术修养和优雅风度,我也一直想把自信、健康、美丽、快乐传递给孩子。”

(通讯员 鲍卫东)

江山小女孩喜获全国少儿乒乓冠军

近日,全国少儿乒乓球比赛在湖北省十堰市落幕,江山市11岁小女孩赵艺尔在儿童乙组单打赛中崭露头角,夺得冠军。

据悉,全国少儿乒乓球比赛创办于1976年,是国内最高规格的少儿乒乓球赛之一。赵艺尔代表浙江队参加,在儿童组单打比赛中,面对全国各地专业乒校的几百名选手一路过关斩将,最终夺得儿童乙组单打冠军。

出生于2006年的赵艺尔,从小体弱多病,为了增强体质,其父亲赵华中决定让女儿练习乒乓球。“第一次拿起球拍,赵艺尔就显得与其他人不一样,很轻松便能与人打上几回合。”读小学后,赵艺尔师从专业教练陈波。“她有一种超出同龄人的韧劲与好胜心,训练任务都超额完成。”陈波坦言,赵艺尔无论身体协调性、球感,还是技术动作,都是一个极具天赋的苗子,训

练不到两年,她的技战术水平已经远远超越了同龄人。

从2015年开始,赵艺尔开始在省、市比赛中崭露头角,在2015年7月的浙江省乒乓球锦标赛青少年组中,获得了单打第三的好成绩,因此被省乒乓球队教练看中。目前,赵艺尔正在浙江体育职业技术学院进行为期一年的集训。

(通讯员 倪晗)

5月20日,去常山看中美篮球对抗赛

浙江广厦篮球队与美国东部王者明星篮球队男子职业篮球对抗赛(浙江常山赛区)将于5月20日19时30分在县体育馆举行。副县长方荣就赛事的筹备工作进行了周密部署。

2016年中美篮球对抗赛由浙江省体

育竞赛中心主办、县体育局承办、县篮球协会协办。旨在提高常山篮球运动的技战术水准,倡导全民健身运动的发展,丰富全县市民体育文化生活,提升常山休闲城市品位。

比赛当天,浙江广厦篮球队与美国东部

王者明星篮球队的“篮球宝贝”们将为广大市民上演一场精彩热辣的篮球表演。届时,观众将会感受到现场版NBA篮球的热度,力量与速度的对抗,健与美的完美展示。通过现场观摩,高端的体育运动赛事会带给观众一份难得的快乐分享。(通讯员 刘春)

短消息

@衢州

本报讯 日前,2016浙江省美丽乡村奥运会暨“协会杯”气排球比赛落幕。衢州市气排球协会分别派出男女青年队参赛。衢州女队经过顽强拼搏荣获亚军。

(衢体)

@江山

本报讯 日前,江山市举行职工环须江长跑比赛。本次活动得到全市各级工会组织的积极响应,共有来自68个基层工会的579名职工报名参赛。

(江体)

@龙游

本报讯 在近日举行的2016年衢州市少儿乒乓球锦标赛暨省锦标赛选拔赛上,龙游县张恩同等10名乒乓小将表现良好,经过两天的激烈角逐,张恩同、路子恒、胡恒杰三名运动员获得男E组团体第三名;余琪航获得男B组单打第二名;张恩同获得男E组单打第六名。

(通讯员 邵银建)

@衢江

本报讯 日前,衢江区举办体育教师急救救护培训班,本次培训分三期,共培训131人,中小学体育教师受训率将达100%。据悉,专门针对体育教师的现场急救救护培训,在衢州市尚属首次。

(衢体)