

德清7名跑友挑战“天空马拉松”

一天走9万多步刷爆朋友圈

这两天,不少跑步爱好者的微信朋友圈被几张“日走9万多步”的截屏刷爆了,这是好几个德清人在同一天先后刷新的一天走路步数的纪录。

“德清跑团”的7名跑友们在9月4日去江西武功山挑战了56.5公里越野跑。“这是一场天空马拉松。”德清跑团副团长倪平说,此次比赛在江西萍乡武功山风景名胜区内举行,来自全国各省市的1000余名户外运动爱好者参加了比赛。此次越野赛是由2016年度中国天空跑协会官方认可的SKYMARATHON(天空马拉松)。比赛分为精英组(56.5km)、挑战组

(33.5km)、体验组三个组别,德清跑团7名队员一同挑战了56.5公里越野跑。

据悉,此次赛道大部分为越野路线,为武功山最经典的穿越路线。该路线大部分为山路,全程累计爬升约3430米。赛程中,队员们经历了1400多米的陡坡,长达4个多小时狂风暴雨,以及午后骄阳的暴晒。最终,德清7名队员都顺利完成比赛,其中袁文还跑出了11小时的好成绩,这个成绩位列1000余名参赛选手中的第45名。

德清跑团团长高勤奋,大家都习惯叫她“高姐”。她坦言,为了准备这一次“天

空马拉松”,队员们在今年7月初就开始加强训练,除了每周二夜跑,周日长距离拉练,队员们还利用清晨进行晨跑。

在高姐点赞队友的同时,队友们也向高姐竖起了大拇指,因为她是7个人中唯一一名女性队员。为了确保队员安全,高姐提前组织开会,赛程中负责实时打卡、紧急救助、赛点补给,在部署好团队分工之后,高姐作为收尾队员,全程跟随队伍跑步,并以13小时44分的成绩完成比赛。

高姐说,跑步很简单,只要有一双跑鞋,迈开脚步就可以加入这项运动,但一

直坚持下去却不容易。无论是马拉松还是越野赛,如果没有进行合理的准备,就可能发生意外伤害、体力不支等情况。

高姐曾多次发现身边跑步的朋友,因运动前不热身或跑步姿势不对等原因导致身体损伤。“德清跑团成立的初衷是健康运动,快乐生活,我希望每一位运动爱好者都能找到运动的节奏,科学跑步,收获健康。”高姐说道。

经历了这次武功山的极限挑战,德清跑团又有了一个新的目标——“港百”,即香港一百公里越野赛。

(通讯员 俞黎新 俞晓勤)

吴兴公开水域邀请赛纵情开游

冠军曾是孙杨的队友

□本报记者 马二龙

本报讯 2016年“金海豚·浙江行”全民健身游泳达标系列活动暨“可以游泳的河”吴兴公开水域邀请赛11日在秀丽的湖州吴兴区南塘漾举行,淅淅沥沥的秋雨没能让各路冬泳好手望而却步,游泳热情反增不减。

来自南湖游泳协会、现年69周岁的郭银华绝非此次赛事最年长的参赛者,年近七旬的他有着30多年的冬泳经历,血压

127,心率68,是这位老者交出的健康答卷。他告诉记者:“我喜欢冬泳,经常跟当地的冬泳协会交流,相互促进,共同进步。”

17分16秒,来自桐乡游泳协会的24岁小将赵广宇轻松拔得头筹,刚上岸就被记者们团团围住,他说:“这儿的水质不错,水温也很舒适,游起来很舒服,为桐乡游泳队拿到第一很开心。”记者无意间注

意到,赵广宇此次参赛身着跟孙杨里约奥运会颜色相近的粉红色泳裤,不禁追问起来,没想到这位90后小伙子竟然说:“我之前是孙杨在省队的队友。”如此看来,能将1200米赛程的头名收入囊中,也自然是情理之中的事了。

此外,鉴于天气转秋,主办方还特地为运动员们准备了姜汤,以抵御凉意。



百人畅游母亲河

9月8日,游泳爱好者在磐安县双溪乡东岩山庄河段畅游母亲河。据了解,本次比赛分为水上接力赛、橡皮艇接力赛、集体畅游母亲河全程500米等活动。

(磐体)

宁波五人制足球赛烽火再燃

本报讯 第十四届宁波五人制足球赛日前重燃战火,成人组32强大决战在市体育中心笼式足球场进行。本届比赛成年组预选赛共有192支球队2400余名足球爱好者参加,从江北赛区、镇海赛区、余姚赛区、北仑赛区、奉化赛区出线的31支队伍,再加上卫冕冠军飘逸俱乐部直通决赛阶段,共32个队晋级总决赛,接下来仿照世界杯赛制决出冠军。

分区赛上过关斩将脱颖而出的队伍,堪称宁波业余足球界的强队。洛林酒业队的班底成员,当年都是二少体足球队

的骁将,至今仍维系着足球情缘,他们也是前年该赛的冠军。“大家因足球结缘,20年过去了,仍以足球凝聚在一起。”队长周晓华说,“兄弟们都是从小在一起踢球的,以前一门心思想练球希望能进省队、国家队,现在虽然成家立业了,但大家还是喜欢以球队的名义聚会。”

一些实力较强的队伍,今年大多分为数队报名,比如江北聚星就干脆按年龄大小分为三个队,进入32强总决赛的是其中最年轻的三队。“五人制比赛如果只报一个队,那么很多队友就没法上场了,大家

都希望参与。”聚星三队队员陈昊说。在7月份打完分区赛之后,江北聚星队利用8月份休战期远赴山西访问,先后与太原、运城两地的顶尖业余球队踢了友谊赛。而下个月该队40岁以上球员又将组队参加全国中老年足球赛。

“现在是踢球最舒爽的季节。除了本次总决赛,接下来还有市甲级联赛、足协杯等赛事也将相继开始,一直到11月份,每周都有比赛任务。”陈昊笑称,天气转凉了,足球热度不会减。

(通讯员 戴斌)

2016宁波国际马拉松10月底开跑

本报讯 近日从2016宁波国际马拉松赛事新闻发布会了解到,2016宁波国际马拉松将于10月29日上午8时在宁波北仑正式鸣枪开跑,比赛项目包括全程马拉松、半程马拉松、10公里健康跑以及4公里迷你跑。

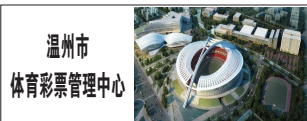
本次比赛从中国港口博物馆起跑,除半程马拉松的终点设置在位于梅山岛上的宁波国际海洋生态科技城管委会大楼附近以外,其他3个项目的起终点一致,都还是跑回宁波中国港口博物馆。选手们将沿着碧波荡漾的梅山湾一路向北。全程马拉松和半程马拉松选手都将跑过梅山大桥,之后一路向东奔向大海,中途将跑过梅山国际集装箱码头。

本届赛事参赛总人数为10000人,其中全程3000人、半程2000人、健康跑1000人、迷你跑4000人。

本次赛事将是中国迄今为止第一个穿越第六代国际集装箱海港航运码头的马拉松线路,位于起终点的集装箱大型艺术展会让运动员和观众充分体验到宁波作为世界知名港口的城市魅力,宁波当地的特色文化艺术展示和美食展销也将成为赛事具有浓重“宁波味道”的重要亮点。宁波将以“港通天下”的广阔胸怀迎接多方来客,高耸入云的红色龙门吊和巨大无比的第六代集装箱货运巨轮将成为来自五湖四海跑友生命中最特别的记忆,这将会极大的提升宁波的城市知名度和影响力,也必将会对宁波的体育事业产生巨大的推动力。(通讯员 徐迪)

战略合作伙伴

合作伙伴



浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85067855
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223
本报法律顾问:京衡律师事务所