



以体育传播中药文化,这个点子真赞! 创新、跨界,与众不同的中药寻宝越野赛磐安开跑

□本报记者 金磊

本报讯 在全省各地迎来新一轮马拉松赛季之时,一场创新、跨界的越野公开赛在地处浙中山城——磐安县鸣枪开跑。

9月24日上午,初秋的太阳旭日当空。磐安县中国药材城已是人头攒动,热闹非凡。300多名来自全国各地的路跑健将在这里集结,进行一场具有鲜明地方特色、中药与体育融合的中药寻宝越野公开赛。

作为“第十届中国·磐安中药材交易博览会暨2016年友强杯中国·磐安中药寻宝越野公开赛”压轴大戏,本次比赛将磐安山水风光、户外运动、中药材产业有机结合,是户外山地运动与传统中医药文化相互融合,推动全民健身与全民健康融合的一次创新和实践。

比赛分个人男子组和个人女子组,寻宝越野总里程45公里,包括公路越野28公里、山地越野14公里、中药寻宝定向越野2公里、溪水穿越1公里,并在途中各补给站完成中药寻宝,寻找到规定药材。

参赛选手们在展开激烈竞争的同时,穿梭在磐安的青山绿水间,领略山水风光,感受地域特色文化。“整个比赛很有特点,一路上既有花香更有药香,虽然45公里跑下来特别累,但在这山清水秀优美的环境下,体验着中药寻宝乐



趣,再累也值得。”女子冠军王欢兴奋地说。

为办好本次比赛,提升赛事规格,主办方专门邀请中央音乐学院创作了“磐安越野之歌”,中央美术学院制作了比赛Logo。公安、医务、自愿者协同配合,配备了500多名志愿者及医疗救护人员,以近1:4的比例做好运动员保障和服务工作,并制定详尽的道路交通安全管理工作方案,确保比赛正常、安全进行。“这是磐安第一次举办国家级的正式比赛,体育局克服人员少任务重的诸多困难,竭尽全力做好赛事的各项筹备

工作。”磐安县体育局局长周宏光说起半年来的筹备工作十分感慨,“对本次高规格的全国性赛事,县委县政府高度重视,可以说举全县之力办好这一赛事,把我们磐安天然的中药材资源宝库融合到体育运动健身中去,使更多人参与全民健身,了解中医药文化,推动磐安正在申报的体育强县,促进健康磐安的建设。”

据悉,越野公开赛正赛前,9月19日至23日已成功举办了中药配药体验、中药诊疗体验、六项身体素质测试体验等嘉年华活动。



送孩子百样礼物,不如陪他一起跑步

铁人三项不再是“高冷”项目 杭州150名小铁人都是好样的

□本报记者 沈梦雪 文/摄

本报讯 上周末,2016超级小铁人大赛在杭州市江干体育中心迎来收官之战。

今年是第二届超级小铁人大赛,训练内容较去年有了升级,分特训营、大赛日和海外拉练三部分。今年暑假,组委会为本次大赛专门开设三期特训营,从500多位报名者中,筛选出150人。入围此次小铁人比赛的均为小学一年级到初中二年级的学生,他们各个都是小小运动家,当中不乏游泳国家一级、二级运动员。

“送他一百样礼物,不如陪他一起跑步!”参赛选手王思安的妈妈提到,以前小铁人比赛在国外才有,并且赛场上几乎没有中国小朋友出现,这让她感到非常遗憾,这次她特意为孩子报名参加小铁人训练营,通过训练,入选最后的比赛,她表示孩子在力量、耐力、胆量、爆发力以及团队协作上,都得到了前所未有的锤炼。

此次参加小铁人比赛的150人按照年龄和性别分为8个组别,游泳、自行车和跑步的距离各不相同。一二年级组:50米游泳、400米自行车、200米跑步;三四年级组:100米游泳、800米自行车、400米跑步;五六年级组:150米游泳、1200米自行车、800米跑步;初中组:200米游泳、1600米自行车、1000米跑步。

别看游泳、骑行、跑步看似都是简单的项目,作为特邀教练,叶诗文的启蒙教练巍巍说:“对于低年级的孩子来说这样的运动量已经非常大了,而且三个项目要不间断地完成,别说小孩了,大人不通过系统的训练也未必能完成比赛。”

如此“虐心”的比赛,在原本应该休息的周末,你会把自家的心肝宝贝丢来参加挑战性十足的小铁人三项吗?这个问题若放在过去,相信点头的家长寥寥无几,但在今天,150位家长都觉得应该让孩子在比赛体验铁人运动的精神与魅力,同时树立起积极、健康、活力的生活方式。

李天是第二次参加小铁人比赛,他的爸爸说:“陪孩子一起跑步,这份运动体验是任何礼物都达不到相同效果的。”在比赛中,李天进行骑行项目时为了避让左边的车不小心摔车,膝盖上擦破了皮,在爸爸搀扶下他完成了所有的比赛。李天说:“既然来了就要有始有终地完成比赛,不能让小姑娘看不起我这个男子汉。”他的一番话,让旁边的观众和参赛队员都为他鼓掌。

据悉,小铁人大赛未来会在浙江全面铺开,并举行城市对抗赛,力争成为浙江影响力最大的少儿成长类品牌赛事。



本报讯 9月24日晚,宁波市百万市民健身大联动在市体育中心广场隆重开幕。打造以民生为根本,全民参与、全民动员、全民健康为宗旨的全民健身大联动,旨在满足群众多样化的健身需求,创新全民健身工作方式和推动机制,提高全民健身公共服务水平,让市民享受全民健身的“红利”。

开幕式上,公布了“宁波体育十大民间高手”,以及包括刚在里约奥运会获得游泳项目铜牌的汪顺在内的99户“宁波市全民健身好家庭”。

里约奥运冠军石智勇向全市人民发出《全民健身倡议书》,掀起了开幕式的高潮。最后,与会领导共同按下了宁波市百万市民大联动开幕的按钮。

据悉,在过去五个多月,宁波市已举办1145次赛事活动,有50多万人次参加,掀起了全民参与、全民健身的新高潮。其中趣味足球赛、快乐迷你跑、登山、三人制篮球、棋类、钓鱼、飞镖等10个大众普及项目分别由乡镇(街道)海选赛、县(市)区分站赛和市级总决赛组成三级联动赛制。层层渗透的体育元素,逐渐蔓延至全宁波,成为宁波人健康科学的生活方式。

全城总「动」员
甬城百姓的生活更健康科学

□本报记者 薛原