



◎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

徒步洗肺穿越原生态 云和梯田“搅和”体育旅游一池春水

□本报记者 汤怡虹

个性名片:接天的水田与奔跑徒步的人群交相呼应,将千年农耕文明与无限的运动激情谱写成了天籁之音。

当人心开始浮躁,当城市变得物欲,当生活被压力和无奈充斥,你可否想念那份来自原生态的感动?

地处浙南的云和梯田,犹如一处被深锁在浙南深山之中的人间仙境,空气质量优良率达到97.6%,每天都有大批来自各地游客,流连于梯田间,奢侈地吮吸着清新甘甜的空气。它是国家湿地公园试点,获评“中国特色旅游最佳湿地”、“中国美丽田园”,并被美国CNN评为中国最美的40个景点之一。

在这里,可以开展梯田徒步或慢跑,让运动的活力融入到原生态的风景之中,相看两不厌。当然,还有一个目的,洗肺。

周末,不少游客纷至沓来。来自上海的陈永祥就是其中之一,他从云和梯田景区游客中心出发,沿着盘山公路一路跑到下垟村,差不多七八公里,用他的话说,“还没跑够”。“天还没亮我就出发了,这里空气好,景色也很漂亮。”陈永祥是一个马拉松爱好者,六年前开始接触长跑,每天晚上都要路跑。到了周末他的脚丫子更是闲不下来,而这一段奔跑的路程只是他徒步梯田的热身运动罢了。“如果在梯田设置一场越野马拉松,那感觉一定很棒,到时候我肯定来参加。”

沿着梯田小道往上,既是健身,又能吸氧。站在梯田景观台,回头相望,整个大山被一层层

梯田所覆盖,那种壮美的景致很难数说。徒步而上的游人放慢了脚步,掏出相机、手机,定格眼前的美景,“这条线路真的太美了,一上来就被眼前的景色震撼了,每走一步都想停下来拍照。”杭州驴友章春霞时常与朋友一起徒步旅行,却是第一次到云和梯田,“身体倒不觉得累,眼睛倒是很累,因为根本看不过来。”

有人拾阶而上,有人奔跑前行,也有人在山路间享受骑行的风驰电掣……有人说,这里的美夹杂着太多情感,你能感觉到人类创造大自然所体现出的伟大,它的美融入于自然之中又超乎于自然界。

自创建体育强县以来,云和县紧紧把握当地生态优势,通过开展钓鱼、古道徒步、自行车、健身气功等大众休闲运动项目,致力打造景观体育,体育旅游已经成为当地一大特色。去年,云和县梯田云海生态健身区还被评为浙江省五星级生态休闲健身点。

伴随而来的,坑根石寨、下垟村等地的梯田农家乐蓬勃发展,原生态村庄、石头式建筑、丰富的老泉井地下水,让都市人找到了返璞归真的天然乐趣。“现代人讲究运动休闲养生,云和梯田风景美,氧离子丰富,吸引了更多的人来这里游玩,尤

其是这几年,越来越多的年轻人来到这里,不少自驾一族还会带着单车过来。”从古老的农耕文化到时髦的体育旅游,对隐居梯田的负责人陈祥标来说,生意额是最直接的体现,“梯田名气响了,一传十,十传百,我们的生意更好了,像五月、六月的房间也早早被预定了。”看着云和发展如此之快,隐居梯田投资方浙江隐想家旅业投资管理有限公司也正式将公司总部迁到了云和。

接天的水田好似拾级而下的隐秘乐谱,奔跑徒步的人群就是一枚枚跳动的音符,将千年农耕文明与无限的运动激情谱写成了天籁之音,但愿这曲天籁能一直从云安和瑞的石寨深处流淌到更广阔的世界,与天地山水一同唱和。



发现号:065

发现号:066

繁华市中心建起运动“宝地” 开化南湖公园让市民享受健康生活

□特约记者 李春

个性名片:湖区碧水绕山,翠峰倒映,周边环境着丰富的体育设施,共同构成了一道靓丽的城市景观。

阳春三月,莺飞草长。周日上午9时,开化县南湖公园内,退休居民黄献文正沿着花草间的游步道快步疾走,不时看看手机上的步数统计。额头、鼻尖冒着细汗,红透的脸颊散发着幸福感。

“饭后百步走,活到九十九。”黄献文开心地说,现在他每天早、晚都要走一次,每天要走2万多步。“沿着湖边行走,幸福感油然而生。”

黄献文的幸福生活,来源于当地对群众健身场地的建设和发展。

“南湖公园原来就一个体育场那么大,现在扩展为4个体育场大小,走一圈有3公里。”开化县体育局局长郑依君介绍,南湖原本地处县城边缘,近几年周边高楼拔地而起,成为新的商业中心,附近楼盘起价达到8000元/平方米。考虑到群众健身设施紧缺,开化县委、县政府推动供给侧改革,增加公共服务的供给,在这块黄金宝地上,投资7000多万元,历时多年建成了集休闲、健身于一体的南湖公园。如今,环绕南湖,不仅有了健身步道、篮球场、羽毛球场、健身广场、地掷球场,还有早先建好的占旭刚体育馆及室外游泳池,体育设施应有尽有。

走在公园的门球场地内,随处望去,都会看到不少群众在运动、健身。在羽毛球场上,穿着休闲装的开化居民嘉悦正和邻居打球。“以前一直梦想着有一片健身场所,现在终于圆了这个梦。”说起现在这些体育设施,嘉悦非常满意,“你看那个前年建好的地掷球场地,说是国内顶端的场地,前年地掷球世界赛的时候,外国运动员都在这里训练呢。”说起这些她不无骄傲。

目前,开化已把体育健康运动融入“美丽乡村美好生活”建设中,过去的一年,开化的群众体育活动广泛开展,市民们在积极投身体育运动的同时,增强了体质,陶冶了情操。在这样的背景下,开化的体育健身场所也跟着“拔地而起”。如今,全县城乡有排舞广场25个、健身路径337条、羽毛球场地35片、篮球场41片、网球场2个、游泳场3个、健身馆3家、门球场12个、地掷球20亩以及健身绿道130公里。“以前,找锻炼的场地不易,现在,只要走出家门,到处都

是可以锻炼的地方。我们看在眼里,乐在心里。”市民们纷纷表示。

对于未来的规划,不少市民说出了心声:“希望更多体育设施能建在南湖公园,让我们也能像大城市居民一样,享受更多的体育乐趣、健康生活。”记者从占旭刚体育馆前展示栏里的全县运动休闲产业项目表看到,到2020年,当地要发展低空飞滑翔、户外拓展、探险定向、山地骑行等诸多新项目。



地理坐标:丽水市云和县崇头镇

地理坐标:衢州市开化县望湖路