

温岭小渔村里兴起运动新时尚 “骑行一族”让健康快乐一路驰骋

“

1月9日早晨6点,天色微亮,温岭市松门镇68岁的瞿仲民就起床了,顺手推出自行车,脚一蹬就出门了。他一个人沿着天竺路、朝阳路,一直骑行至五岗咀,然后返回家里,总骑行里程为11公里。

与老瞿一样,在松门镇,加入到单车运动的人越来越多。据台州市自行车运动协会松门分会统计,这两年自行车运动在松门悄然兴起,目前吸纳会员105人,发展车友200多人。

”



有氧运动,骑行收获了快乐心情

今年45岁的许云焕是台州市自行车运动协会松门分会的副会长,2008年起开始参与自行车运动。“走路太慢,开车太快,只有骑车才能领略沿途的风景,还可以改善心情。我现在骑车除了享受健康和快乐外,还希望带动更多人参与到骑行中来,推动全民健身运动的蓬勃开展。”许云焕说。

“天气适宜的情况下,我一般都是双

休日组织单骑,骑到乌坑山头后,再骑到洞下,然后往返。一般情况下,我们的骑行里程都在20公里以上,我记得自己骑行最长一次有330公里。”

瞿仲民2年前加入单车俱乐部,收获很多,经常跟年轻人一起出去骑行,心态好了,身体也健康。松门镇第三小学的老师金雨田也是一名快乐骑手。寒暑假时,

他都会骑着单车去旅游,至今已创造了一年3万公里的骑行里程,在松门的单车俱乐部里无人能破。

许云焕还把骑行当作了出游的一个交通工具。“去年11月份我们去桐乡参加环桐乡公路自行车赛,我组织了20名车友去,比赛的前一天,我们骑着自行车在乌镇转了一圈,大家玩着觉得非常的开心。”

低碳出行,企业建起单车俱乐部

翻开松门镇自行车运动协会的花名册,在地址一栏里,“浙江风驰机械有限公司”出现的频率比较高。一打听,原来风驰公司早在2014年9月份,就专门组建了一个单车俱乐部,成为当时温岭首家由企业员工组成的单车

俱乐部。

“我们刚组建的时候只有11名会员,现在已经发展到20多名了。成立单车俱乐部旨在活跃职工业余活动的气氛,增强团队意识;通过‘骑行’这种形式,倡导绿色出行新风尚,身体力行践行低碳出行,

落实国家低碳减排政策。”工会副主席吕有谷介绍说。

公司工会不仅合理去安排骑行的时间,还把原先位于松西村的老厂房三楼腾出来,改建成了松门镇自行车运动协会的活动场所。

以赛促骑,为国家输送好“苗子”

既然成立了协会,当然不是随便玩玩,会员们还积极参加各类级别的比赛。

“预告,2017首届吴越争霸挑战赛将于5月举行,大家有兴趣可以提早报名参加。”这不,近日松门镇自行车运动协会微信群里跳出了一个马拉松自行车骑行比赛的帖子,随后大家便积极谋划着报名参加。

类似的比赛帖子,在这个会员群里,协会都会第一时间进行发布,也会认真组织会员报名参赛。43岁的林素娥算是女子组里的佼佼者,在2015“环岛越野”中国三门蛇蟠岛山地自行车公开赛

和2016第五届环浙江自行车公开赛仙居站的比赛中,均获得了女子组的第6名。

在松门自行车运动协会的引领下,年青会员逐渐崭露头角。17岁的小将郑靖铎代表松门队。在太平街道杨梅坑山地自行车青少年组中获得第一名。另外,他还在东海塘ATT个人计时赛、城南山地车越野赛的体验组中有不俗的表现。

在谈到自行车协会是否有意于培养优秀运动员时,许云焕很快想到了18岁的莫浩。莫浩祖籍石塘,曾是松门骑士队的一员,代表松门队出战2015第七届环绍兴

自行车挑战赛,在半程组(110公里)的比赛中,获得了第一名。后来,他师从南京教练胡浩,去年9月入选国家队,成为国内自行车业余圈里的顶级水平运动员,并先后在各类大赛中获得佳绩。

“请人吃饭不如请人出汗”。自行车消费群体已从过去蓝领为主向高端人群发展,健身、运动、休闲正逐渐占据自行车功能的主流。对于推广普及自行车运动,许云焕说,2017年协会将举办一些自行车的比赛活动,以赛促骑,以赛来提高运动成绩。

(通讯员 江文辉)

争霸跆拳道 镇海摆擂

本报讯 近日,“功夫时代”职业跆拳道争霸赛S3(宁波站)在宁波市镇海区文化艺术中心摆擂。本次比赛邀请了著名体育节目主持人、评论员韩乔生主持,跆拳道奥运冠军罗薇作为特邀评论员现场解说。

“功夫时代”职业跆拳道争霸赛采用

最经典的跆拳道赛制,本站比赛共进行1比1比赛5场,分别为59公斤、64公斤、69公斤、74公斤、79公斤重量级比拼。此外,本次比赛还进行了2比2(男双和男女混双)两场比赛。

近年来,随着镇海区经济社会的快速发展,体育事业也取得了长足的进步,特

别是跆拳道项目在镇海逐步发展起来,涌现了一批优秀选手。此次“功夫时代”跆拳道争霸赛首次走进镇海新城,将对镇海乃至宁波跆拳道发展迈向市场化、职业化起到积极意义,同时也对推动镇海文化体育事业发展、带动全民健身运动发挥重要作用。

(镇体)

春节健身哪里找 黄龙场馆把门敞

正月初四起到正月初六(1月31日-2月2日),黄龙中心各大健身场馆网球、壁球、乒乓球、笼式足球、羽毛球、游泳等十余个健身项目均免费开放。所有场地均采用电话预约方式(包玉刚除外),先到先得。预约电话为96218。快来黄龙一起享受这场“运动”盛宴吧!

具体免费开放情况

省老年体育活动中心:

壁球3片、乒乓球8片、羽毛球15片、室内门球2片(开放时间:年初四-年初六,9:00-17:00);舞厅(开放时间:年初四-年初六,9:00-11:30)

室外笼式足球场:5片(开放时间:年初四-年初六,9:00-17:00)

黄龙训练馆:壁球5片、室内网球2片(开放时间:年初四-年初六,9:00-17:00)

黄龙体育馆副馆:篮球(开放时间:年初四-年初六,9:00-17:00)

包玉刚游泳场:室内泳池(开放时间:年初四-年初六,9:00-16:00)

另:2017年除夕至正月初三(1月27日-1月30日),黄龙体育中心各大场馆闭馆休息,体育场三楼平台、健身路径、室外篮球街和室外田径场照常免费对外开放。

< 订阅号

@杭州

本报讯 2016年度“琅琊榜”羽毛球精英赛近日在杭州收拍,此项赛事是国内民间羽毛球界的高水平赛事,也是国内首届融入智慧体育竞技的科技型赛事。尤伯杯冠军成员汪鑫、世界羽联超级系列赛总决赛混双冠军/现混双世界排名第一的羽坛新秀郑思维、“羽林争霸”红牛城市赛总决赛冠军队成员王辉,与本届“琅琊榜”总决赛双打冠军在比赛结束后为全场观众带来了一场极精彩的明星表演赛。值得一提的是,在本届赛事现场,动享全程采用智能化分数播报系统,用数码产品代替纸质分数记录表,每一片场地比分均在动享网APP上实时更新,最大程度上简化了赛事流程。

(杭体)

@吴兴

本报讯 日前,湖州吴兴区文体局完成了吴兴区青少年运动员省注册第一阶段工作。本次注册运动员共计203人,注册项目为足球、篮球、网球、乒乓球、散打、空手道、体操、蹦床竞技、田径等9个项目,注册人数及项目数均为历年来之最。

(通讯员 赵亮)