百马大叔领跑 亲子携手完赛

2周岁的“开马”成了一场大派对

本报记者 崔义刚

昨天，2017中国·开化钱江源国家公园马拉松鸣枪开跑。尽管天气有些阴沉，还下起了蒙蒙细雨，但却丝毫没能阻挡开化民众走上赛道，用脚步丈量赛道的快乐。8点30分，随着发令枪响，5000多名跑者冲出了起跑线，从占旭刚体育馆出发，沿着桃下线、城华线，途经根宫佛国、九醉池淮、花牵谷等开化风景区，欣赏沿途的旖旎风光。

从去年的半马，到今年升级为全程马拉松，开化钱江源国家公园马拉松已成为开化人的一个大PARTY。

cosplay美猴王 为了让别人更快乐

“我到哪里都是这个扮相，主要是让大家在跑马拉松的过程中感受快乐，快乐是最重要的。”赛道上，一位“齐天大圣”的出现吸引了不少眼球。53岁的吴有根是开化本地人，每次参加马拉松，他就穿上“美猴王”的装束，拿上“金箍棒”，放着《西游记》的插曲，在赛道上一边挥舞表演，一边和孩子、观众进行互动。

“我参加过不少马拉松比赛，半马也跑过，但是又跳又跑比较吃力，今年就报了个迷你跑。”吴有根说，从3年前开始，他就以这样的形象示人。“各种各样的打扮也是路上的一种风景。”他笑着说。几年下来，吴有根早就成了开化的“名人”。完赛以后，很多人跟他打起了招呼，站在他身边的刘女士说，老吴这样的打扮，大家早就习惯了：“挺好的，孩子们很喜欢这个造型，他给马拉松增添了很多乐趣。”

六旬大叔刷新纪录 科学锻炼百场比赛终成功

对“百马大叔”田同生来说，今年的开马意义非凡，他个人的第100场马拉松就是在这里完成的。“十多年前，我走路多一点就会呼哧带喘的，但是经过系统的训练，2010年1月，我完成了第一个全马，用时5小时38分，那一年我57岁。”田同生说，只要坚持科学训练，跑完全程马拉松不是难事。

用时7年11个月，田同生完成了百场马拉松，他的经历也激励着不少跑者。不过，在开化，他却呼吁大家跑慢一点，让自己更好地享受沿途美景。“跑得快‘没朋友’，跑得快看不到开化的美景。”田同生乐呵呵地说。

好山好水好风景 家门口的比赛一定要来

今年的迷你马拉松增加了亲子组，许多家长带着孩子来跑步。方敏和朋友江女士相约带着女儿一起来。“家门口的赛事一定要参加，锻炼一下她的毅力，哪怕慢一点走着也要完成5公里。”方敏说，自己平时很注重孩子的体育锻炼：“每天早上最后1.5公里都让她自己走到学校，我只在后面跟着。”

林英则带着9岁的女儿从常山赶过来，一袭粉白相间的汉服赚足了眼光。“她一直想跑马拉松，觉得很有意义，为了马拉松她嚷嚷着喊了一整年。”林英说，今年开化马拉松正好有亲子跑，她们就来参赛了。结果，女儿周紫萱率先冲过终点，把妈妈甩在了身后。“我原本以为她会放弃的，没想到她比我还厉害，女儿表现这么棒，我特别开心！”

在跨夜越野中体验法式浪漫

莫干山越野赛：跑过它，爱上她

本报记者 马二龙

有人这样评价莫干山：“去过一次就会爱上的地方！”漫山的竹海、清凉宜人的气候，被负氧离子包裹着的静谧，奔跑在连绵的竹海，看山看景看云卷云舒。这样的环境下，开启TNF莫干山国际越野挑战之旅，真乃人生一大幸事。在前天送走了6KM的体验者后，12月3日凌晨的莫干山镇郡安里君澜度假区，迎来了众多60KM的跑者。

这是继北京西山、东北长白山之后，TNF100越野系列赛迎来的最温婉多情的一站。莫干山独特的地理位置和自然风景，再加上人文环境以及历史沿革，加深了这条赛道独一无二的温婉气质。赛道路况相对复杂，山路占到整个赛道的一半以上，其中包含了古道、石阶、山里小径、土路等等。整条赛道最高的山峰，是位于47公里处的天泉山，天泉山主峰五指山海拔超过700米，但因为没有登顶，所以赛道的最高点大约海拔650米，是一场颇具江南特色的越野赛。

午夜发令、跨夜奔跑，这让之前对越野跑知之甚少的记者有些意外。随后，TNF100中国赛区赛事经理、TNF100莫干山赛事总监陈玮为记者揭开了谜底：“采取在零点发枪，这是越野跑比较专业的一个时间节点，因为我们的TNF选手将来都会向百公里进军，而我们此次行程的最高组别是60公里，放在夜间起跑，就是想在跑友们精力最为充沛的时候出发，等到他们临近终点、体能接近透支的时候，天已经亮了，减少疲惫感，同时也是为他们积累一些夜战的经验，为日后的百公里越野做足准备。”

今年已经是TNF在中国的第九个年头，把最后一站放在莫干山，是想为明年10周年预热。毕竟相比于北京西山硬朗的风格、东北长白山恢弘的场景，莫干山展现出的江南温婉多情的情调格外与众不同。

经过了彻夜的奔跑，在早上的7点一刻，来自江苏无锡的谢斌第一个冲过终点，夺冠后的他难掩心中的兴奋和激动，对记者说道：“我喜欢夜跑，也习惯熬夜，之前参加过19个百公里的越野跑，60公里对我来说不算什么。途中的主办方也细心地准备了咖啡、可乐等提神的饮料，让我全程没有困感，基本上一骑绝尘，领先优势一直在30分钟左右。”

此外，在法国山居景区，赛事组委会精心用心策划的一场精致的“泳池PARTY”，也让跑友过了一把瘾。现场焕然一“旧”，七十年代的法式洋房挂起了专为莫干山设计的TNF100怀旧海报，燃起了篝火.....在莫干山顶的池吧换上泳装，有人选择在泳池里尽情畅游，有人选择静静地在水中漂浮，任池水温柔地包裹奔跑后的身体，感受这座由古老的莫干山电影院改造而成的池吧的别样风情。

游完泳，饥肠辘辘，在老影院露台餐厅及酒吧，还有精美的法餐，更有DJ现场打碟，伴随动感悠扬的电子乐，品尝最精湛的法餐烹饪，只为让每一个参加泳池趴的选手，最真切地感受到莫干山顶池吧的法式浪漫。

斗牛庆丰收

日前，武义县在白姆乡白鹤殿举行民间斗牛，来自全县各地民间的28头彪悍善斗的黄牯牛，在两天的时间里捉对厮杀。黄牯牛在水田里拼尽全力，现场泥浆四溅甚是壮观。武义县白姆乡后树白鹤殿斗牛有1000多年历史，从恢复原生态古老的斗牛至今已举办了25届。

（通讯员 张建成/文 王 巧/摄）

千人广场舞大赛 点靓温州瓯海

本报讯 舞动一座城，焕发精气神。日前，温州市瓯海区行政中心市民广场上汇聚数千人，以“爱在科教新区 舞靓山水瓯海”为主题的瓯海区地方广场舞大决赛暨瓯海区广场文化节闭幕式举行。

在瓯海专属的美丽音符中，老百姓们跳出瓯海特有的、健康向上的舞步。《舞靓瓯海》《新桥新貌新风采》《泽雅舞起来》《风吹娄桥》……16首风格迥异的主题舞曲，16支独具瓯海特色的广场舞，舞者们用舞步描绘出瓯海独有的美景，舞出瓯海绚丽的风采。当晚，13支镇街参赛队分别演绎富有各镇街特色的主题舞曲进行比拼，1040名舞者共同舞起《最美瓯海 最美情缘》，淋漓尽致展现瓯海新风貌。

地方广场舞大赛是瓯海区基层文化活力提升年十大系列活动的重头戏之一，也是该区“美丽乡村广场文化节”系列活动之一。近年来，该区在繁荣群众文化、拓展文化平台、壮大文化队伍等方面下功夫、出实招，建立了镇街综合文化站、文化礼堂、百姓舞台、城市书房、百姓书屋、文化驿站等基层文化阵地280余个，在各镇街设立文化派驻团，派驻专业指导人员16名，建立了文化志愿者3500余人。共计开展了村歌合唱大赛、门球大赛、千人群诵等一系列满足群众精神文化体育需求的品牌赛事1800多场，积极让群众真正成为文化生活的主角。

（通讯员 黄冰娥 许凯光）