在最美赛道上，来一场热血沸腾的马拉松接力

本报记者 薛 原

昨天上午，濛濛细雨中，2017杭州第一跑在那条刷爆杭州人朋友圈的“最美跑道”闻涛路塑胶跑道上演了！来自浙江省55个县（市、区）及77个慈善公开组组队参赛，本次比赛以4人为一组，以接力赛的形式完成42.195公里。

冷雨浇不灭火爆的热情，开赛前两个小时，现场就已经人声鼎沸。“杭马会”跑团早已整装待发，高举旗帜组成“罗汉阵”，大方欢迎媒体拍照；北京体育大学校友跑团也已迫不及待要一展身手，领队刘月红告诉记者：“我们都是运动界的‘老司机’，平时就以跑马拉松这种最健康的方式聚会。”他们中，原来主攻铁人三项的陈方晓、曾横渡钱塘江的“两栖”全能王包昌忠，都跨界到长跑圈“踢馆”。一身腱子肉的包昌忠说：“长距离游泳和马拉松比的都是耐力，体育也是相通的，我相信我能在水里征服急流险浪，也能在陆地上超越自我。”

由于赛制规定，第一棒必须由女队员开跑，起跑点一群全副武装的巾帼英豪，蓄势待发的画面让观众欢声雷动。滨江居民刘宁峰表示，自己常在这里锻炼，不过却是第一次见到这样的场景：“女将一马当先，配上最美跑道，这边的风景独好。”

浙江大学二年级女生潘红一身蓝色运动服，娇嫩柔弱的外表下，却有着一颗热爱运动的强心脏。她告诉记者：“我本身就是运动专业的学生，800米是我的主项，长跑对我来说是全新的挑战。”对于学业繁重的潘红来说，见缝插针地挤出时间进行赛前训练，显得难能可贵：“长跑必须坚持训练，如果断掉的话，恢复起来需要较长时间。”

除了潘红外，“奔跑的姐姐”郑双丽跑出了自己的最好成绩。“我家就住在江边，平时远远欣赏最美跑道和最美跑者，只有羡慕的份，现在亲身经历，果然有很大的成就感，以后我还会继续跑下去。”

来自东阳的医院工作者组成的巍医健跑队，也格外引人注目。他们的主力、外号“范神医”的范荣林曾经参加过北京、厦门、杭州等各种马拉松比赛。曾经在参赛过程中还经历过“救护惊情记”，范荣林回忆起来感触良多：“几年前，我在外地参加一场马拉松比赛时，14公里处有一位选手出现心脏骤停现象，我身为职业医生，当然要挺身而出，为他做心肺复苏，好在及时挽救了生命。”范荣林也建议长跑者要多注意心肺健康，训练时要循序渐进、细水长流。

比赛过程中，活动组织方、志愿者、医疗护理团队都有条不紊地护航浙马接力赛，前几棒选手陆陆续续完成比赛，接受赛事主办方提供的专业拉伸康复等服务。

此外，本次比赛也以倡导健康浙江和公益捐赠的方式，开展公募活动。慈善公开组每队通过招募爱心人士4–6名爱心人士共同参加比赛活动，所筹款项主要用于资助浙江省内青少年、中老年等社会各界人士参与马拉松及路跑等公益活动。最美赛道，跑出“体育+慈善”的满满正能量，助推“健康中国”。

社区老年朋友又有“新玩意”

日前，为期两天的衢州市兜球骨干培训班在常山县体育馆举行。通过理论讲解、规则学习测试、实际演练、分组比赛和裁判运动员角色互换，参培人员基本掌握了组织赛事的知识和操作规程，为全市推广普及兜球项目奠定了基础。

（通讯员 厉向军 摄）

杭州网球高手比试身手

本报记者 阮增阳

本报讯 3月4日，杭州城北体育公园网球场内，“远传杯”杭州市网球混双争霸赛激烈开打，各路网球高手汇聚于此一决高下。

此次争霸赛自发起以来，得到了广大业余网球运动爱好者的热烈响应，水准不亚于国内业余网球的各项大型比赛。比赛除了竞赛组激情澎湃的角逐，还有嘉宾组精彩绝伦的表演，可谓是一场网球的视觉盛宴。

此次比赛主办方远传公司董事长徐立新也在赛场上挥汗如雨，结束比赛的她一边擦着汗水，一边笑着告诉记者：“生命在于运动，我与网球也颇有渊源。这一次汇聚了一批志同道合的发烧友员工，成立了一支‘远传网球队’。”

最终，本次比赛经过两个阶段刺激的PK，网球“老将”王超，曹华芬组合力克对手，夺得本届混双争霸赛青年组的冠军；柯吉欣和陈羚、韩敏和吴洁混双组合分别获得青年组亚军、季军。常青组的竞争也是格外激烈，比分持续相持不下，最终张晓明和易敏勤组合夺得常青组冠军；唐龙和姚春荣、虞力宏以及娄小娥则分别获得常青组亚军、季军。

衢州“追风少年”滑出精彩世界

踩上轮滑鞋，仿佛拥有了风驰电掣的魔法。在衢州，有一群喜爱轮滑的追风少年，他们乐此不彼地“刷街”、练轮舞，即使跌得鼻青脸肿也不放弃；他们旋转、跳跃，挥洒着青春的活力。

“解锁”新动作成就感十足

近日春光正好，施伦伦在衢州学院孔子像旁的小广场和小伙伴们练习轮滑。每个周末和每天晚自习结束后，都是轮滑社训练的时间。带上一个可以放音乐的音箱、一双轮滑鞋，他们就可以自得其乐地滑上好几个小时。

施伦伦说，衢州学院和衢州职业技术学院，两家学校的轮滑社一共有近200位社员，只要一有空，大家就会聚在一起互相“切磋”。

“一开始是为了耍帅，但是滑着滑着，就上瘾了。”衢州学院轮滑社社员王林说，特别是每次死磕一套很难的动作，终于成功后，特别有成就感。现在，他不仅在学校活动上表演轮滑舞，还经常自己编排、设计轮滑动作。

玩轮滑时间最长的施伦伦，甚至趁业余时间去考了教练证，上个学期，他在柯城区万田中心小学兼职做起了轮滑教练。“现在衢州小学生玩轮滑的特别多，说不定以后我可以靠这个吃饭。”施伦伦笑着说。

新手不准“刷街”

有的轮滑爱好者，喜欢练“平花”，也就是各种花式动作。但更多轮滑少年们，在技能熟练后，更青睐“刷街”这项简单粗暴的玩法。

“所谓‘刷街’，就是穿上轮滑鞋，从这条街滑到那条街，把街道全部‘刷’一遍。”衢州职业技术学院轮滑社社员赵张蕾和张梦莹说，有一阵子，她们从学校到西区的音乐喷泉，从西区大草原到水亭门……几乎衢州所有的街道，都留下了她们“刷街”的身影。

为了保证安全，每次“刷街”，都要经过周密的安排：技术好经验丰富的前辈们压阵，选择人少车少的时段，带好全副武装的护具，才能出发。而且，他们还有一项不成文的规矩：没有学会刹车的轮滑新手，不准出校园。

“我们还会设计‘刷街’的线路，或者偶尔挑战一些高难度、超长距离的线路。”王林说，他印象最深的一次“刷街”，是从衢州学院到衢州机场，来回疯狂刷了一整天，那天脱下轮滑鞋后，感觉双腿都没啥知觉了。

有痛更有快乐

虽然滑起来帅气又有意思，但其实轮滑是一项比较危险的运动，尤其是对初学者来说。

“学轮滑，就要从学摔倒开始，不摸爬滚打一个月，怎么滑得起来？”王先说，作为一个女孩子，她玩轮滑的爱好让周围很多人非常不解：“几乎每天都鼻青脸肿，膝盖手肘上都是疤，经常有人说我自讨苦吃。”

甚至，曾经有轮滑社的社员在练习时不小心摔伤，脚踝骨裂了。然而，这位仁兄脚伤好了之后，乐颠颠地又回来玩轮滑了。

因为轮滑鞋会越穿越大，所以轮滑爱好者们都喜欢买小一码的轮滑鞋，然后在穿着它轮滑的过程中把它撑大，这样轮滑鞋才会越滑越合脚，直至和身体“融为一体”。

对于这群轮滑少年们来说，踩上两排轮子，一路上风驰电掣，仿佛挣脱了阻力的束缚。和这份快乐相比，那些学习过程中必须经历的疼痛，又算得了什么呢。

（通讯员 尹婵萱）

编读往来

泰顺王先生：听说2017环浙江自行车公开赛在泰顺县雅阳镇举办，我想了解一下具体时间是什么时候？

@王先生：

比赛将于4月23日举行。据了解，举办该项比赛，契合雅阳特色小镇总体定位，可充分发挥洋上茶园独特的自行车场地资源，助推体育与旅游、农业、生态、文化等行业融合发展。

（通讯员 周晓叶）