风雨无阻,浙里收官
在德清玩转洋气动感的莫干山

本报记者 阮增阳

上周末,2017年第四届长三角运动休闲体验季活动第七站在湖州德清举行,这也标志着2017年第四届长三角运动休闲体验季活动圆满收官。

虽然上周六全省范围几乎都是阴雨绵绵,但是一大早,自三省四地的运动大咖和体育旅游企业人士不惧风雨,齐聚德清,他们已然等不及领略莫干山运动休闲产业的风采了。

德清县取名于“人有德行,如水至清”,位于长江三角洲杭嘉湖平原西部,东望上海,南接杭州、北靠环太湖经济圈、西枕天目山,优越的地理条件造就了德清山水户外运动发展的基础。开幕后,来自三省四地的驴友们便迫不及待地驱车前往此行的目的地——郡安里君澜度假区。

郡安里君澜度假区位于著名风景目的地莫干山镇,距莫干山景区1.5公里。如芸的竹海,如茵的芳草,清澈的山泉,让身处山峦起伏之中的驴友们纷纷表示,此行真的是洗了次肺。“浙江真美,莫干山真是个好地方,不仅仅空气清新,而且生态和谐,我还看见了许多没见过的昆虫呢。”安徽队驴友徐珏感叹道。

除了迷人的风光,最吸引驴友们的要数这里的Discovery探索极限基地了,坐落于德清县莫干山镇的Discovery Adventures Moanshan Park,是全球首个Discovery探索极限基地。基地里的户外探险设施项目应有尽有,其中高空网阵挑战通过美国绳索课程技术协会标准认证、布局错综复杂的网阵挑战,包含20 多个高低参差、难度有别的综合挑战,为挑战者提供了不同的挑战需求。徒步探索则根据难易程度分为多条线路,让驴友们有机会体验四季变化所带来的不同极端环境与相应挑战,呼吸森林氧气,亲近大地泥土,拥抱山谷清风,启发探索者探索大自然奥秘。杭州的驴友陈斌感慨:“这里的基地设施真的很专业,很多设备以前别说玩,现实中见都没见过,这次体验太刺激太棒了!”

驴友们最爱的项目恐怕要数基地中最刺激的攀岩了。依托山地特色开发的攀岩壁可谓一绝,让驴友们忍不住打趣道:“这是最真实最自然的山地攀岩,真是激动得要流口水了。”在基地教练员的悉心指导下,驴友们都认真学习攀岩基础,随后紧跟教练,步步为营安全地体验了一把攀岩的紧张刺激。虽然山中雨后湿滑泥泞,蚊虫叮咬等问题让驴友们后悔没带齐装备,但岩壁项目让大家都觉得此次进山物超所值。来自江苏的驴友徐猛体验完了岩壁项目说:“这真是太爽太刺激了,以前我也从没玩过这种户外拓展,这次体验让我感觉自己年轻了十岁,以后一定会带孩子来德清再玩一趟。”

动感排舞“秀”风采

日前,“家住南湖新区”排舞大赛东栅街道预选赛在嘉兴市南湖区市民广场举行,来自各个社区的选手同台共舞,“秀”出美丽和自信。

(通讯员 闻人达 文/摄)

恐怕10个“雨神”也浇不灭嘉兴人对掼牛的热情

本报记者 钟 樑

连日的阴雨让人寸步难行,但在位于嘉兴南湖区的中国斗牛馆里,很多市民风雨无阻,赴一场与国家级非物质文化遗产的约会。6月24日晚上7点,2017第六届中国掼牛争霸赛总决赛开赛,9位各怀绝技的中外武林高手相继与健硕的牛过招。精彩场面不断,观众大呼过瘾。这个夜晚,恐怕10个“雨神”萧敬腾也浇不灭嘉兴人对掼牛的热情。

“我们五点半就已经到比赛现场了。盼了好几年,今年终于可以在现场一睹嘉兴掼牛的风采了。”土生土长的周明携家带口,首次走进了中国斗牛馆。很早就知道老家的这项国家级非物质文化遗产。但周明坦言每年的掼牛比赛,门票太抢手。以至于抢了好几年,终于有幸亲临现场,“以前在电视里看,但是到现场还是很不一样,我们也很期待现场的这种感受。”

周明的期待不言而喻。历时三个多月,数场选拔赛。9位中外武林高手中,有的是国家级运动健将,有的是摔跤好手,有的则是专攻武术多年,更有一位柔道退役女健将入围。在与300公斤以上的公牛的肉搏,看点多多。

“中国掼牛这个项目是我们嘉兴特有的国家级非物质文化遗产。这一届我们进行了充分准备,尤其是到了总决赛,观赏性还是比较强的。”中国掼牛联盟主席韩海华介绍说,“中国掼牛争霸赛举办至今已经有6年的时间了。6年里,我们通过比赛把这项由回民带入嘉兴的国家级非物质文化遗产项目成功塑造成了一项武术家与牛比拼力量和智慧的竞技体育项目。不断扩大了‘掼牛’的影响力,吸引越来越多的青年人参与,从而实现了‘传承中发展、发展中传承’的事业梦想。”

作为中国掼牛争霸赛的倡导者,韩海华思路明确。6年的苦心经营在培养了不少年轻掼牛手的同时,也终于让这项由回民带入的古老技艺在嘉兴深深的扎下了根。当晚,9场不同级别的掼牛比赛,精彩场面不断,让观众目不暇接。选手频频把重于自己数倍的公牛掼倒在地,引得全场观众热烈欢呼。而当晚最大的看点当属嘉兴本土最强掼牛手孙磊磊与连续5年未被掼倒的牛王“权杖”之间的“王中王”较量。在长达3分钟的角力之后,牛王依然延续了从未被人类掼倒的神话,而嘉兴小伙同样赢得了家乡人民的掌声。所以,这场掼牛比赛,到底是牛赢了,还是人赢了?其实是掼牛这项国家级非物质文化遗产赢了。

“掼牛此前我也没看过,但是我希望我的孩子对嘉兴传统体育项目有所了解。等他长大了,他可以告诉他的孩子掼牛的魅力。这也是对嘉兴传统体育项目的一个很好的传承。”看完比赛,心满意足的周明如是说。

一场瑜伽课10多位男性抢位置

宁波瑜伽日活动一席难求

面对阴雨绵绵的梅雨天,爱好运动的人总能找到属于自己的好去处。6月24日下午,宁波国际健身瑜伽节在宁波市老年体育活动中心开幕,这已经是宁波举办的第三届瑜伽日活动了。

活动现场,工作人员摆放好100多张瑜伽垫。随着主持人一声“开始”。不到一分钟,现场位置便被争抢一空。在众多瑜伽爱好者中,居然有10余位男性爱好者,他们做起动作来,姿势标准程度丝毫不输身旁柔美的女同胞。

近年来,瑜伽运动在甬城发展迅速,参与人数越来越多。宁波的瑜伽培训机构也由去年的十多家,增加至今年的三十家。不仅仅风靡女性群体,如今男性练习瑜伽也逐渐开始流行。这一点,随着本次活动的进行,也得到了体现。石先生就是其中一位,他说自己练习瑜伽才1个多月,之前一直觉得这个项目应该是女性专场才对,一次陪着妻子去练习瑜伽,发现居然有男性瑜伽,于是他打算也尝试了一下。“虽然练习时间不久,目前柔软度还有待提高,但是通过这几次练习,感觉还蛮好的。”

一位瑜伽教练表示,男性在练习瑜伽过程中有着另类优势。虽说瑜伽在初级阶段时的柔韧性很重要,可是越练到难度大的动作,对力量的要求越高,很多动作对女性而言几乎是不可能完成的,而男性却能轻松完成。

作为活动的一个重要环节,印度驻中国的瑜伽大师、现任职于宁波静缘瑜伽馆的艾玛授课,成为瑜伽爱好者期待项目。艾玛还向更多男士朋友发出邀请:“瑜伽不分年龄、不分性别,眼下男性精神压力非常大,瑜伽有很好的放松身心的功效,这样对整个家庭都非常有益,希望有更多的男同胞加入到我们队伍当中。”

(通讯员 王波)