

用运动的方式迎接新年第一缕晨光

岁末迎新,2018年的第一缕晨光已经悄然降临。元旦假期全省各地纷纷举办体育活动,开启新年新篇章,不少人用体育运动的方式翻开了自己2018的第一页。

迎新年,杭州市民运动健身“轧闹猛” 路跑、骑行,什么健康玩什么

本报记者 沈梦雪 王品燚

新年第一天,万象更新,杭州不少市民选择用运动的方式迎接2018的到来。有选择徒步走运河的顺便图个好彩头的,也有骑着动感单车宣传绿色理念的,虽然方式不同,全民健身迎新年的宗旨却是一样的。

联动十八城新年走“大运” 2018把福气、运气带回家

昨日清晨,杭州拱墅区第十二届“新年健走·香积祈福”暨第五届“新春送福”活动火热开锣,来自拱墅区的42支代表队,千余名市民通过健步走的方式迎接新年,希望新的一年能“走”运。

随着主持人一声呐喊,身穿各式各样运动服的代表队挥舞旗帜,高喊:“1,2,1,2……”雄赳赳,气昂昂地开始新年健步走活动。上千市民分成几路,从拱宸桥运河广场出发,沿着运河游步道途径青莎公园、北新关、大关桥、到达香积寺广场祈福墙,在新年心愿贴上写下了自己新年的愿望和对家人的祝福。同时,在运河广场上,20多位书法家妙笔生花,同时写下1000个吉祥“福”字,将新年暖暖的祝福送给每一位市民。

来自机关代表队的王欣欣今年是第4次参加新年健步走,她说:“元旦走京杭大运河已经成为拱墅区开年的标志,再加上融入了‘香积祈福’

这一传统民俗活动,也是为新年讨了个‘好彩头’,大家都很喜欢参加这样的活动。”

原来,早在4年前拱墅区就把“香积祈福”融入到健步走活动中,拱墅区宣传部长黄建正告诉记者,这不仅是对传统文化的传承和保护,也是对运河文化与时俱进的诠释,更是将全民健身运动和民俗文化有机融合的尝试。

今年的新春走运活动与2018年中国(杭州)新年祈福走运大会同步进行,以与京杭大运河沿线城市媒体主播互动的方式,联动运河沿岸十八座城市(江苏段、山东段、天津段、通州段)。

据了解,“新年健步走”活动最早由拱墅区在2007年正式提出并成功举办,至今已经成功举办12届,成为杭城跨年的新风俗。今年,拱墅区创新活动形式,联动十八城,站在“后峰会,前亚运”的历史节点上,邀请运河沿线的市民一起走大运。

“红”运当头 绿色出行 新的一年从骑行出发

除了在运河畔,昨天的黄龙体育中心也人声鼎沸,千余市民用绿色骑行的方式欢度元旦。

在此次参赛的人群中,有一群大爷大妈戴着红领巾很是吸引人。“我叫胡仲邦,今年62岁了,我们是千里马跑团跨界来骑行的。我们这些爱运动的老年人,因为相同的爱好被我们团长‘黑豹’给聚在一起,经常会去跑跑步爬爬山,我今年还跑完了杭马全马呢。”这位老爷子说这话时十分自豪,一身行头穿戴显得十分专业,更衬托出他的精神矍铄。团长“黑豹”毛军利向记者说道:“此次我们跑团来了将近100人,红领巾就是我们的象征,不要看我们团员的年龄比较大,却都是运动好手。”新年新气象,“黑豹”也希望在新年第一天通过这种方式让更多团员来享受这种出行方式。

据悉,此次骑行活动大约8公里,



选手们一路上可以一边享受自然风光一边领略历史人文,用不一样的视角感受路上的景色。小黄车浙江区域政府事务负责人夏闻珞表示,健康骑行的方式已经开始逐渐深入人心,希望通过活动将文明出行的理念普及开来。

用奔跑的方式迎接新年曙光 温州元旦跑创下人数新纪录

本报讯 迎着新年的第一道曙光,2018年温州市元旦升旗仪式暨“中国金茂杯”健身跑活动举行,来自全市机关、企事业单位、大专院校、金融机构、社区干部职工代表和跑步爱好者,一共210支队伍16000多人参加活动,参加的单位和人数均创下历届之最,堪称温州“最多一次跑”。

昨天早上7点左右,尽管气温有些低,但世纪南广场上已经站满了从各地赶来的市民,在各自方队中集结。经过热场表演和热身操后,近16000人依次从世纪南广场出发,沿着锦江路、汤家桥南路、市府路、府东路,一路跑向绣山路

人民大会堂前,全程约4000米。

来自温州市交通银行的郑子超携妻子参加活动,跑惯了马拉松的他还是第一次参加慢节奏的比赛,“在辞旧迎新的时刻和家人一起用运动的方式度过很有意义。”沿途的道路与街景都是他最熟悉不过的上下班路线,“平时没时间和心情去留意周边,今天慢慢跑发现温州城市建设越来越美了。”

据悉,一年一度的温州市元旦升旗仪式暨健身跑活动是当地迎接新年的一项传统全民健身活动,每年都有万余人参加,自1982年开始,今年已是第35届。

(通讯员 肖小珍)

来新昌,用一场独特的文化越野跑迎接新年

本报记者 崔义刚

公元744年,李白在游历新昌天姥山之后,写下了脍炙人口的《梦游天姥吟留别》,1200多年后,绍兴唐诗之路越野赛在这里鸣枪开跑。

2017年最后一天早上7点,来自上海FUN跑团的成员“可可西里”在跑道上拍照留念。他说,越野跑的魅力让人难以自拔,这次比赛也很有特色,“越野的沿途有不同的风景,还要克服各种困难,很锻炼人。这次比赛的赛事包做得不错,里面有很多特色的小零食。”

宁波“超马”一姐史红霞也来到了新昌,从2011年开始,史红霞四处“跑马”,至今已参加了30多场马拉松路跑及山地越野赛。作为宁波一所大专院校的教授,十多年前,史红霞因为家访来过新昌,这次来跑越野,她别有一番体会:“比赛很有地域特色和文化内涵,又是跨年的时间,我挺期待的。”

上午8点,比赛开始,上千位来自全国各地的越野跑爱好者“脚著谢公屐,身登青云梯”,循着诗仙的足迹,在

天姥山上以奔跑的姿态,告别2017,奔向2018。

既然是“唐诗之路”,唐诗自然是必不可少的元素——赛道上的路牌都写上了诗句,跑者们在穿梭于山林之间的同时,也感受到了文化的气息。另外,为了让参赛选手深入体验新昌特色,赛事主办方还特别准备了麦糕、芋饺、镬拉头、春饼、麦花汤等地道新昌美食,让选手们大快朵颐。

选手陈坚峰用时73分钟,拿到了10公里组的冠军。“我是新昌人,这是第二次跑越野,以前来天姥山游玩过,这次来参加比赛更深入地领略了天姥山的魅力。”陈坚峰说。来自苏州的参赛选手“老猫”,用了8个小时跑完42公里全程。他说,参加了很多场越野赛,这次真的是眼睛醉了、肚皮撑了,所以才跑得这么慢。“山顶是连绵起伏的枯黄草地,山脚有碧绿的茶田,特别是有一段在山脊上的松林,不断上下坡,还穿插各种急转弯,很虐,但是很爽。”