

“世界那么大,我想去看看!” 天台六旬阿姨6年用脚步丈量43个国家



“世界那么大,我想去看看。”可能很多人被这句话鼓舞过,但能够付诸行动的又有几人?
从南非的好望角到葡萄牙的罗卡角,从埃及的金字塔到意大利的比萨斜塔……年过六旬的天台阿姨车一平做到了,6年时间里,走了43个国家。她计划在70岁之前,“打卡”五大洲。

一趟出差打开旅行之门

车一平人生的第一次旅行,要追溯到上世纪80年代,那时候她是单位的会计。1980年,她所在的单位组织一些人去江西南昌学习,车一平第一次走出台州,第一次坐了火车。
这次出行,激发了她内心深处对旅游的热爱。她才发现,原来旅

行可以这么有趣,能学到那么多东西,看到那么多风景,了解到那么多不同的风土人情,“世界那么大,要多走走看看”。
电视上说的好景点、朋友口中的好景点、网上说的好景点,她都会牢牢记住,然后一一“用脚步去丈量”。

6年前,55周岁的车一平退休了,有了更多属于自己的时间,她的步子迈得更大、走得更远了。她开始出国旅行,6年间,她已经去过43个国家。



喜欢穷游走天下

很多人可能会想,她去了那么多国家,家里有“矿”吧?但车一平仅仅是一位普通的退休老人。“旅游是我的最爱,我要省钱去旅游。”穷游就是车一平的旅游宗旨。
刚退休那年,单位组织老同志去

西安、延安旅游,她建议大家再到少林寺、龙门石窟等景点看看,一些人不同意。车一平就跟导游说:“我回去的飞机票不用买了。”然后,她就一个人辗转火车、客车、公交车,7天时间去了法门寺、龙门石窟、少林寺、云台山等

景点。“我游了这么多景点,费用比飞机票的钱还少100元。”
另外,旅行时带上一个大号的热水杯配上些大米也是她省钱的诀窍。去肯尼亚时,她带了两罐加了绿豆、红豆的大米,不仅自己方便,

还给同行的人带去了温暖。在马塞马拉草原游玩时,同行的20多人中有10多人拉肚子,方圆1800公里内没有医院。在宾馆里,车一平就给大家煮了一罐又一罐稀饭,让大家撑过了难关。

计划70岁前“打卡”五大洲

这么多年的旅行中,车一平一般不会主动约人出游,大多是通过跟团的方式。她说:“有的人喜欢看大海,有的人喜欢看沙漠,找到志同道合的

人不容易。再说,旅游主动约别人一起去,就要承担责任。”
车一平的计划是在70岁以前“打卡”五大洲,“国外想去的地方尽量去,

70岁以后,说不定就走不动了。”
车一平近期的目标是英国、土耳其等,远期目标是古巴、巴西、秘鲁、阿根廷等。70岁后,她打算旅居养老。车一

平说,想找几个志同道合的人,到一个山清水秀的地方去,住一段时间,再换一个地方:比如春天去杭州,夏天去北海,冬天住在海南。(通讯员 赵虹)

传统、新兴项目让老人老有所乐 浦江举行老体项目展示活动



本报讯 日前,浦江县老年人体育协会在县文化广场举行了太极(器械)、健身气功、健身球操、可乐球、柔力球和腰鼓6个老年体育项目的展示活动。
本次展示活动目的是通过展示交流,为中老年体育爱好者提供活动的平台,达到各乡镇、街道农村、社区老体活动站互相学习、共同提高、增进友谊,促进相关老年体育项目的健康发展。
在多个老体项目的展示活动中,人数最多、花样最丰富的要数太极(器械)的表演,运动员们先集体表演

了24式太极拳,接着各个活动站登场表演了杨氏太极拳、杨氏太极剑、太极功夫扇、40式太极拳、少林拳、32式太极拳、陈式56式太极拳、36式太极刀、16式太极扇对练、长穗剑、太极剑花样组合、46式云水太极扇、喜醉扇等。
健身气功项目是浦江今年取得突出发展的项目,随着人民群众对体育健身需求的增大,年初又新发展了4个健身气功站。在这次展示活动中,各站都亮出了本站的强项。可乐球则是浦江去年才开始发展起来的新项目,县老年体协

表演队创造性地把太极、舞蹈艺术结合运用到了可乐球运动中,给了观众一种新鲜、健美、可玩、可乐的感觉,表演刚结束,就有人询问这球到哪里能买到,有没有学练的场所。
这次多个老年体育项目的展示,充分表现了浦江老年体育项目的丰富多彩,影响带动了更多的群众参加体育健身活动,对活跃全县人民的文化体育生活,提高全县人民的健康水平,推进全县的精神文明建设,将起到积极的促进作用。
(通讯员 张道钢)

绍兴为老年人 健身基地授牌

本报讯 日前,绍兴市老年人体育健身活动基地授牌仪式在新昌县镜岭镇楼基村文化礼堂顺利举行。上虞区丁宅乡丁宅村,诸暨市陈宅镇陈宅村,嵊州市贵门乡玗溪村,新昌县镜岭镇楼基村,柯桥区王坛镇东村村被授予首批“绍兴市老年人体育健身活动基地”的称号。
近年来,新昌县政府高度重视老年人体育事业,持续加大了经费投入力度,有效提升了老年体育基础设施条件。镜岭镇楼基村老年人体育健康活动基地,通过举办老年趣味运动会、体育健康讲座等丰富多彩的文化活动,让老人们老有所养、老有所乐。
绍兴市老年体协主席施淑汝表示,绍兴市大力推进体育健身设施建设,全民健身工作有了长足进步,体育事业蒸蒸日上,希望各县市以此次授牌仪式为契机,把老年体育工作越搞越红火。
绍兴市老年人体育健身活动基地的授牌,是推动全市老年人体育发展的新举措,更是新昌发展“体育+”模式新的里程碑。下一步,老体协将继续强化基层老体协组织建设,积极开展适合老年人特点的文化体育健身活动,促进新昌体育事业再上新台阶。
(通讯员 张益东)



太极盛会

11月3日,金华市武协陈氏太极拳研究会成立30周年庆祝会在市体育中心体育馆举行,近1000名会员及太极拳爱好者前来参加。为了庆祝金华市武协陈氏太极拳研究会成立30周年,各队积极创新,或将太极与戏曲结合,或将太极与舞龙结合,将太极展演推陈出新。
通讯员 李旭韵 文/摄