为健康奔跑！6000多名嘉兴人汇聚爱心燃烧能量

本报讯 随着一声响亮的发令枪响，2018安利纽崔莱健身跑——嘉兴市第六届市民运动会首赛仪式“健康运动汇”田径路跑日前开赛。运动员从嘉兴市体育中心出发，围绕南湖景区沿湖道路奔跑大约5公里的路程，最后返回到体育中心终点。

上午8时不到，今年58岁的张付珍就跟随队伍开始做准备运动了。“我们平时每天不是走路就是跑步，从不停止锻炼，一停下来心感觉也跟着老了，5公里对我们平时锻炼的人来说基本没问题。”张付珍说。

今年的健身跑，市民也纷纷把自己活泼个性的一面展现出来。在跑步的人群当中，一群英姿飒爽的“女兵”颇为引人瞩目。当有人询问60岁的王静芝，为何选择这样一套服饰作为参赛队服时，她笑着说，“今年我们希望以一个别样的风格参赛，在给比赛带来一点特色的同时也展现一下我们的精神风貌。”

在跑步的人群当中，还有一面写着“上海金山区”的旗帜，旗手庄强和他的队员们都是专程从上海赶来参赛的。“随着嘉兴和上海接轨日益加深，嘉兴和上海的市民应该在群众体育上打破地域限制，多一点像这样的交流机会。”庄强说，他们这些来自金山区各社区的代表赛前可是做了充分的准备，要和禾城的市民“练一练”。

该项活动今年已经是第14个年头了。为了更好地贯彻全民健身和健康中国国家战略，促进全民健身和全民健康的深度融合，赛事主办方将市民运动会和全省首创的“健康运动汇”田径路跑及为爱奔跑公益捐步活动有机整合，并依托市女子体育协会推进社会化办赛。当天的为爱奔跑公益活动由南湖区健康产业协会捐出人民币4万元作为关爱基金，跑完全程并在前4000名的选手，会获得一张代表捐步10元的“爱心卡”。

嘉兴市体育局局长刘松洁介绍，当天的市民运动会首赛仪式田径路跑参赛运动员有5500多人，为历届最高人数。针对市民对于群众体育参与的热情和需求的不断增长，今年嘉兴市在区镇两级单位的配合及社会体育社团、体育协会、企业的帮助下，在各乡镇开展全民群众健身跑，全市范围每个季度都会有一到两个活动项目，同时鼓励乡镇将全民健身运动“迷你化”“平民化”。

据了解，本次活动也是2018年嘉兴群众体育市民运动会的首场大型活动秀。

（通讯员 谢梦骑 蒋 阳）

体育运动与民俗文化交融，会擦出怎样的火花？

天青色等烟雨，半山立夏节等你来

见习记者 梅 杰

四时天气促相催，一夜薰风带暑来。下周六（5月5日）便是立夏，一年一度的“半山立夏节”将如期而至。值得一提的是，在今年的“半山立夏节”中，体育元素或将扮演更为重要的角色。

记者了解到，和往年相比，今年5月5日系列活动的内容更丰富，节奏更给力——“送春迎夏”古礼、首届中国大运河沿岸区县合作论坛、第七届大运河文化节开幕式，无一不是对立夏民风习俗、运河传统文化的一次深入发掘和展现。更有立夏跑山活动，将体育运动和传统民俗文化进行一次完美的交融。

据悉，今年的立夏跑山活动，将于当天上午在半山国家森林公园举行，分设专业组和体验组两个组别，届时将有500余名跑山爱好者参加。

体验组的跑山路线从虎山公园仙人谷至半山旅游服务中心，全程约3公里；专业组则是由游泳世界冠军程嘉茹领跑，从虎山公园仙人谷至望宸阁，跑一条6公里的“望宸线”。据介绍，去年10月，望宸阁正式对外开放，作为城北新地标，与城南吴山城隍阁一南一北，南北呼应，成为半山国家森林公园旅游的新热点。登临望宸阁，往东可以看到临平，往南由近及远能看到几乎整个杭州城，往西能看到西湖、运河，往北则是整个杭钢和崇贤新城。知己好友，登高望远，山青水绿，何等惬意。

除了能够在奔跑中感受美丽的自然风光，现场当然少不了吃乌米饭、“称人”、采摘蚕豆、烧“野米饭”等半山传统的立夏民俗体验活动，还有半山泥猫、打草鞋、天竺筷等共12个非遗项目组成的庙会集市，更有《运河放歌》《致大运河》《春满运河》《象戏》等11个有关运河或拱墅原创的舞蹈、歌曲、朗诵、杂技、戏曲等节目轮番登场……这么精彩，怎能不来。

5月5日，天青色在等烟雨，而半山立夏节在等你。

大课间 抖空竹

近日，浦江县黄宅镇治平中心小学一场全校学生集体抖空竹的活动吸引了众多市民围观。据了解，目前该校将抖空竹列入到大课间活动中，每天早操之后，全校学生集体抖空竹20分钟。

通讯员 沈建中 文/摄

垂钓高手齐聚台州角逐“最强王者”

本报讯 近日，省钓鱼会员联赛在台州鸣枪开赛。首站比赛由个人手竿尾数鲫鱼，个人手竿重量混养鱼鳞鱼，两个项目组成，每个运动员分别参加2场各60分钟对象鱼，2场各70分钟混养鱼的角逐。

上午8点，随着总裁判长一声枪响，来自全省各地的160位选手，齐刷刷将鱼竿抛向赛池中央。现场身着统一赛服的运动员们，上饵、甩竿，起竿、溜鱼，动作娴熟。

对象鱼赛池，普通人简直看不到鱼漂的变化，却被身手敏捷的运动员及时捕捉到了，瞬间提竿获鱼，小小鱼儿时不时飞入鱼护，双飞现象屡见不鲜；混养鱼赛池，鱼漂微动，手腕一抖，鱼儿上钩，紧接着，紧张又刺激的溜鱼开始了，蹲下、站起，弯腰、扬臂；弯弯的竿梢划出了一道道漂亮的弧线，紧绷的鱼线时时发出丝丝的声音，人与鱼的较量在碧波粼粼的鱼池中展开。

竞赛场内竞争激烈，对象鱼竞技场中，60分钟的时间内，竟有选手钓出了379尾，平均不到9.5秒一尾的好成绩，可见选手们实力非凡。

据了解，首场获得冠、亚、季军的选手同时也获得了“浙江省垂钓大师”“浙江省垂钓高手”300分、260分和230分的积分。4月30日，联赛第2站将在金华市金东钓场举行。

（通讯员 吴佳成 张钰婕）

500余人齐毅行 用脚步亲吻龙游

近日，全省500多名毅行选手来到龙游民居苑，参加“我爱诗画浙江”大型全民公益毅行活动。

选手中有小到9岁的小学三年级学生，也有大到年过六旬的退休干部。在凝聚龙商历史的民居苑古建白墙之下，大家伴随舞狮、道情以及实验小学学生们献唱的《东游西游不如龙游》等具有本地特色的节目，跟着音乐节奏一起摇摆起来，做起了毅行前的热身运动。

据悉，本次活动是纯公益性质活动，选取浙江各地有特色、有底蕴的风景名胜，以毅行健走为线索，行走于山川河流间。在赏美景、强体魄的同时，倡导文明旅游，传递爱环境、护古迹、绿色行的理念。

龙游站作为该活动的第9站，特别为选手们准备了一条精彩纷呈的7公里毅行之路。沿途荟萃了多种富有龙游地方特色的美景铁路桥遗址公园、龙洲塔、彩虹桥、龙洲公园；还有丰富的传统文化，民居苑的道情表演、舞狮表演，龙洲塔下的婺剧表演、灵山江的赛龙舟日常训练，零距离感受着龙游休闲幸福的生活环境。

来自新安江的琚女士表示，自己是一名毅行爱好者，看到网上发布的“招募贴”，来到了龙游。龙游两江风光比新安江风景还美，沿途可赏可玩可品的地方很多，以后会带家人来深度游龙游。

感同身受的还有许多龙游本地人，乡镇干部王宁之前在微信上看到了毅行活动，就和爱人一起报了名。在亲历7公里的毅行后，夫妻俩感触颇深，虽然是龙游人，但还真没好好地欣赏过沿江的这些风景，“通过这次活动让我对龙游的风景有了更直观的感受，希望以后能举办更多这类活动，更好的宣传龙游，也希望更多朋友来龙游。”

（通讯员 邵银建）