

以爱之名 用运动的方式来一场户外约会

第五届长三角运动休闲体验季第四站来到上海崇明 这场运动休闲之旅,让身体和心灵都在享受

本报记者 朱郑远/文 潘良干/摄

5月19日至20日,第五届长三角运动休闲体验季第四站来到有着“长江门户、东海瀛洲”的上海崇明,来自浙江、上海、江苏、安徽3省1市的200余名运动休闲爱好者开启了一场休闲运动之旅。

两天时间里,骑行、路跑、室内体育游戏,拉近了每位体验者的距离……

骑行于天然氧吧 无关输赢,享受过程是关键

“骑游大富翁”“自行车变变变”“水果连连看”……几个小时的车程没能打消体验者对此次活动的期待。浙江代表队的体验者们在19号中午抵达了崇明,趣味横生的运动体育项目让人跃跃欲试。

首先进行的是“骑游大富翁”项目,总路程12公里。“在5月的季节里,骑行是崇明东滩最舒适的一项活动,不仅环境安静,空气中的负氧离子浓度也达到每立方厘米3000-20000个。年空气优良率更是高达94%。”崇明站工作人员介绍道。

本次崇明站的浙江队员也是卧虎藏龙,张勇就是其中之一。作为骑友网的创始人,他是一名资深的骑行爱好者。“不过,这却是我第一

次参与休闲季的活动。”他对骑行活动的整体安排评价不错,尤其是主办方准备的自行车对于初学者也比较“友好”。

不过,总骑行距离有12公里,这对于很多骑行“菜鸟”都是一个不小的挑战。浙江队队员陈静告诉记者,“虽然第一次骑这么长的距离,但是一路上风景都还不错,对于体力消耗的感知就低了很多。”想了想,她还是有些懊悔,“因为中途拍照时间耽误过长,以至于和大部队脱节,最后一批才抵达终点,拖了队伍的后腿。”

不过,在晚上举行的“与自然拥抱”“爱的传递”等多个室内趣味项目,陈静依然是主力选手。“一天的活



动,让我最大的感受是输赢是其次,最重要的是开心。很感谢有这么一个平台,在放松心情的同时还能认识不少新的好伙伴。”她坦言道。

海盐湿地越野赛 浪漫中破风而行

本报记者 洪旋

昨天上午,2018第七届环浙江自行车公开赛(海盐站)在海盐山地车湿地越野赛鸣枪开赛,来自全国各地约200名参赛选手分别参加男子精英组、男子大师组、女子组、体验组4个组别的比赛。

比赛当天,恰逢“520”,整个南北湖景区笼罩在一片烟雨迷蒙中,空气中更是散发出青草夹杂着泥土的芬芳。骑手们穿行于南北湖景区,尽情游览东小宛商业街、蝴蝶岛、黄沙坞等景点,尽享南北湖的赏湖光山色。

“我参赛,妻儿担任啦啦队,骑起来都更有劲头。”江苏选手殷伟东借着周末举家开车来到海盐,他告诉记者,平日工作忙碌,这次恰逢周末,可以比赛旅游两不误。“提前网上了解了一下,这里风景美不胜收,赛道又受到不少骑友好评,比赛完我准备陪家人好好逛逛,在‘520’这个日子里回归自然,享受自由,也弥补一下平时没能好好陪伴的亏欠。”

“这才是越野赛啊!小雨淅淅沥沥,温度也很适合发挥。”来自海盐追风车队的队长鲍威尔回到终点后指着浑身溅满的泥巴斑点笑着说:“今天的赛道很泥泞,虽说骑起来吃力,但是够带劲。”鲍威尔告诉记者,海盐追风车队每年都派队员参赛,不少选手都有多年的比赛经验。“通过比赛,一方面检验了过去一年里自己是否有长进,另一方面,认识了来自全国各地的骑友,并向他们展示咱们海盐的山海湖自然风光,作为‘本地土著’,心里自豪!”

据悉,今年是南北湖景区加入环浙江自行车公开赛的第7年——山地车湿地越野赛骑行的这条自行车赛道,就是海盐为撬动当地体育发展、带动南北湖旅游而精心打造的。近几年,骑行已然成为全国各地都在追捧的赛事,而南北湖独特的湿地和海涂地理环境以及“山海湖”融于一体的自然风光,正吸引着越来越多的骑友前来体验。

用奔跑与学习度过“520” 身体心灵都在放松

次日,体验者们一早来到崇明瀛东村度假村参加“健康万里行”暨崇明休闲体育大会“爱我中华”健康跑活动。

这次的健康跑有一点“特殊”,举办的时间恰逢网络情人节“520”,也让健步跑的赛道上出现众多爱情元素——金婚的老夫妻,正处热恋的年轻情侣,在现场邂逅的一次对眼……浓浓的温情洒满了整个赛场。

“别人在赛道上秀恩爱,我只能在大队里孤独地跑步,和中华鲟交流下‘人生’。”浙江队的梁子梅调侃

道,“明年的‘520’我也要有个男朋友,最好也是喜欢运动休闲的男生。约会地点也要放在户外,这可比常规项目看电影、吃饭要有意义多了。”

比赛终点设置在了中华鲟保护基地。当大家冲过终点线时,不仅能领到完赛奖牌,还可以走进基地详细了解国家一级保护动物中华鲟从繁殖到放流的各个细节。“跑到这里时,大家其实都感觉比较新鲜,毕竟头一回近距离看中华鲟。”浙江队队员王小姐表示,“参观完以后,我觉

别样“520”,奔跑在宁海

2018 宁海湾半程山地马拉松赛精彩开跑

见习记者 梅杰 文/摄

本报讯 昨天上午,“奔跑吧宁海”2018宁海湾半程山地马拉松赛精彩开锣,来自全国各地共6000余名马拉松爱好者及咕咚跑线上爱好者共同开跑,一路上越山丘、穿花海、经海湾,角逐这场最浪漫的马拉松赛。

据悉,本次赛事是宁海首次举办的马拉松比赛,共分为“蓝色宁海湾,抢跑新时代”半程山地马拉松和“蓝色宁海湾,遇见爱的人”5.20公里迷你马拉松两个项目。

21公里半程马拉松自临港水厂出发,途经骆家坑路口、回龙殿、南山垭口、灵峰庵、里何家、下蒲魏氏宗祠、四顾坪孤山太极宫等当地景点村落。据宁海县体育局局长郭青介绍,宁海是浙东唯一的蓝色海湾,随着强蛟镇登山健身步道的建成,选手们能够在青山绿水间跑出好心情,用速度和激情体验马拉松的无穷魅力,用拼搏和汗水演绎生命的

无限精彩。

对于2018宁海湾半程山地马拉松赛来说,“5.20”是一个特殊的日子,也是一个特殊的数字。本次大赛的一大亮点就是,在5.20公里迷你马拉松项目中增设了“亲子组”和“情侣组”两个组别。一对对爱人和亲人携手从起点跑出,途径农田、山径、花海、祠堂、碧湾,在奔跑中表达对彼此的爱意。胡馨尹小朋友今年才4周岁,他们一家三口齐来参加本次比赛,爸爸参加的是半程山地马拉松,小馨尹和妈妈一起参加5.20公里的亲子跑项目。问及此次前来的初衷,馨尹的妈妈笑着说:“我们是用行动来给孩子爸爸加油的!”

开赛20多分钟后,在5.20公里迷你马拉松的终点处,陆陆续续能够看到参赛选手的身影。今年13周岁的吴承骏跟爸爸一起冲过终点,获得了迷你马拉松的第一名。还在读初一的他身高已经达到181cm,平

日里经常跟爸爸一起参加户外运动,5.20公里跑下来,父子俩都表示很轻松。“沿途的风景很美,空气清新,让我感觉心情愉悦,跑起来也很放松。”吴承骏说,“运动使我快乐,以后有类似的比赛,我还会参加。”

值得一提的是,每年5月第3个星期日是全国助残日,今年也刚好遇上了“5.20”。除了浪漫,本次比赛也同样暖心。开幕式后,社会企业向宁海县当地公益机构捐赠善款,用实际行动关爱残疾人。

