## 携手奔跑于城市角落 用运动的方式秀恩爱

# 昨日，杭州城市定向赛 透着一抹浓浓爱意

本报记者 马 超

昨日，城市探索·2018杭州城市定向赛在杭州渔人码头生态公园激情开赛。近6000名选手分成14条线路，跨越近80个点标，足迹遍及杭州滨江区、拱墅区、江干区、上城区、下城区、西湖区及西湖风景管委会等城市各角落。

比赛当天正值“520”，今年赛事新增的情侣组和家庭组更是为活动增添了不少浪漫与温情。

### 奔跑“520” 用运动的方式“撒狗粮”

5月20日是不少年轻人秀恩爱的日子，吃饭、看电影、购物都是小两口当天不二的选择。昨天的杭州城市定向赛，近300名选手则用体育运动的方式好好地撒了一波别样的“狗粮”。

“把后面的大背景板拍进去，亮度再挑高一点。”比赛前，小苏在朋友圈发了一张搂着女友的自拍，女友手中的玫瑰和脸上的微笑无不彰显着此刻的幸福。

记者了解到，小苏和女友来杭四年多，感情稳定，平时即便工作再忙，两人都会一同锻炼。听说这次杭州的比赛有情侣组，小苏推掉了原本去江苏参加定向赛的计划。能在这特殊的日子里，用运动的方式相互依靠，小苏觉得很幸福。

记者了解到，与公开组不同，情侣组和家庭组在比赛线路上更突出“爱”的主题互动。比如，在剧场“声”临其境，体验孟京辉经典话剧《恋爱的犀牛》，还有诸如“甜甜蜜蜜”、“彩色甜蜜”这样的恋人互动环节。

不仅如此，主办方为每一位情侣组和家庭组的女性都送上了一支玫瑰花，这也成了开幕式上秀恩爱、晒合影的必备道具。而且，选手还能获得一对由西泠印社特制的爱情印章——分别刻为“执子之手”“云胡不喜”。

### “探”得无厌 80个点标遍布杭州东南西北中

早上8点40，选手们冲出起跑线，与传统路跑不同是，大部分人都第一时间开始选择前往离目标地最方便的公共交通。

在开幕式边的三堡船闸公交站挤满了穿着运动服的选手，“坐9路车快”“105可以到中北桥”……“我们选择骑车去，转地铁去西湖文化广场。”此次与3名同事组队参加公共组比赛的小马告诉记者，他们参赛为的是体验与参与，用自己的行动提倡市民公共出行。

王品雨家庭周六就从上海赶到了杭州，昨天刚好是孩子的生日。王品雨表示，能用异地旅游+参加体育比赛的形式为孩子过生日别有一番意义，还特意将对队名取为了“明天请叫我大盆友”。比赛中，他带着妻子孩子进入到了2022年第19届亚运会的办公大楼以及杭州市体育馆参观，并完成了乒乓球挑战和知识问答。

据悉，此次比赛共设置了80个打卡点标，其中包含商场、图书馆、旅游景点、企事业单位大楼、普通居民社区等，遍布杭州东南西北中。此外，组委会为每一位选手发放了一张杭州通纪念卡，让外地参与者都能即可融入杭州，通过乘坐地铁、公交、水上巴士等公共交通，更浸入式地感受杭州的文化。

## 丈量健康 —— 用 脚 步 —— 舟山 宁海

过去的一个周末，徒步是我省体育的“关键词”——从“千岛之国”舟山，到“驴友圣地”宁海，市民们用脚步丈量，倡导最健康的生活方式。

# 万名霞客 毅行千岛之国

本报记者 王品燚

**本报讯** 昨日上午，来自全球各地的10000名霞客齐聚舟山，在这边进行了一场专属于霞客们的盛宴——舟山国际徒步大会。

早上7点半，身着统一制式衣服的选手们就已经到场，在活动起点舟山体育馆门口处，能听到他们在大声唱着歌，喊着“一二一”，看着他们从容不迫的神态，丝毫没有紧张感。“这次比赛不涉及竞技元素，我们来只是为了看看风景、放松身心，顺便挑战一下自己。”来自慈溪的蔡蔡告诉记者。据了解，此次活动旨在通过步行的方式来改变人们的健康理念和生活方式，让更多人能通过步行来享受生活。本次徒步大会共分为国际组、嘉宾组、体验组、进阶组和专业组5个组别，让不同年龄段的人可以选择适合自己的强度来进行，通过“体育+旅游”的模式让更多的人来感受舟山的美。

历时1小时20分钟后，10公里组别的黄伟强第一个到达了终点，手里挥舞着队旗，也顾不上擦一把汗，就在终点门处合影打卡：“我们不是一个正规跑团，平时参加的都是些徒步大会之类的活动，队友都催我快点到终点，不能把这个名额让给别人。”这位44岁的大叔一边挥舞着队旗一边说，“我参加徒步类活动已经有五六年了，这次舟山给我的印象特别好，风景好、空气好、秩序好，赛道设计也很用心，有大桥、渔村、海岸，这是我们临安看不到的风景。”

舟山旅游委员会的相关负责人张辉表示：“‘体育+旅游’的模式也是当下一个热点，我们希望能通过这次活动让更多人知道舟山、了解舟山，让舟山体育旅游的业态呈现出更加蓬勃的姿态。”

# 数千驴友 徒步开篇之地

见习记者 梅 杰

19日上午，2018全国徒步大会5·19联动日正式启动。活动主会场设在宁海，并在武汉、大连瓦房店、阜新、唐山、大同、齐齐哈尔、张掖、宿迁、永靖等10个城市同步开展。在宁海主会场，近3000名徒步爱好者自西门城楼出发，浩浩荡荡地行走在徐霞客大道之上，途经暗岩、甬临复线、马鞍岭、福泉寺、飞凤山公园等地，一路上踏清溪，穿竹海，过茶林，悟禅学，循着游圣踪迹，体验这条全长约13公里的徒步环线。

据悉，本次活动以“我要走——走进新时代”为活动口号，是中国登山协会主办并重点打造的公益性全民健身系列品牌活动。它宛如一条金色丝带，不仅串联起散在全国的各种徒步活动，还融入了徐霞客文化内涵，使这项运动归纳统一，变得更加丰富多元。

据了解，参加宁海主会场活动的徒步爱好者分别来自21个户外俱乐部，他们全副武装，激昂前进，成为一道亮丽的风景线。宁波开游汇户外俱乐部400名队员组成了本次大会最大的方阵队伍，他们统一身着象征“健康”的绿色队服，个个脸上洋溢着热情，迈开大步行走的样子颇有一种侠客风范。

值得一提的是，徒步队伍中出现了不少小朋友的身影。今年8岁的顾甜熙在爸爸妈妈的带领下前来参加，据妈妈介绍，小甜熙是第一次参加这样的大型户外活动，从起点走出一段距离后感觉有一些疲惫，甚至萌生了打退堂鼓的念头，但在爸爸妈妈的鼓励下小甜熙重燃信心，坚持走完了全程。“参加户外徒步，对孩子的意志力提升很有帮助，能帮助她养成不服输不放弃的精神，还有助于强身健体，开拓视野。”小甜熙的妈妈说。

宁海是《徐霞客游记》的开篇地，中国旅游日发祥地，也是国家体育产业示范基地、中国十佳运动休闲城市。本次徒步大会的的举办，更是吸引了更多户外爱好者投身这项有氧运动，实现了体育+旅游有效结合，为扩大体育人口和增强人民体质带来了福音。