

在青山绿水间感受一场“冬夏季的邂逅” 明天,与三千冬泳客相约 17℃新安江

17℃的江水,17℃的气候,17℃成为了建德新安江的重要标志。本周六,2018中国·17℃建德新安江“夏日冬泳”万人挑战赛即将上演——试想一下,炎炎夏日,在美丽的新安江里感受一场“冰与火”的较量,是多么惬意和美妙的一件事情。



看点:16名老外“泳”跃参赛,七十老翁再次“下水”

本报记者 陆一帅

本报讯 本周六,建德17℃新安江“夏日冬泳”比赛将在新安江畔正式开赛。作为建德第一大IP赛事,夏日冬泳已连续举办多届,那么,今年的比赛与往年有哪些新亮点、新突破呢?

据建德冬泳协会秘书长高宗训透露,今年赛事报名通道一开,短短8天时间就吸引了来自全国22个省市、自治区以及中国香港在内的128支代表队共3000人参与,这3000“泳士”创造的诸多“新之最”——参与人数最多、参与女性最多、参与者年龄跨度最大、

参与者地域分布最广。

“这次比赛的火热程度绝不输现在火热的天气。”建德冬泳协会会长周伟颇为自豪。作为会长,自2007年第一次接触冬泳以来,周伟参加了每一届“夏日冬泳”比赛,他介绍,为了迎接这次“夏日冬泳”比赛,协会200名会员几乎全员出动。周伟在介绍筹备工作时,不忘当一回称职的“推销员”：“夏日冬泳不仅可以强身健体锻炼意志,还能广结朋友。建德是冬泳胜地,为全国各地的爱好者提供了天然泳池,欢迎

大家7月28日来建德感受一下真正的夏日透心凉。”

赛前不仅有壮年人的雄心壮志,也有老年人的当仁不让。74岁的张有容是本次比赛年纪最大的参赛者,作为一名“高龄泳士”,老人家虽是鹤发却神采矍铄,谈及“减龄”秘诀,张有容道出了其中奥秘,称坚持冬泳20多年,让自己身体更硬朗了,与同龄人相比年轻不少。另外,冬泳更让老人家对家乡建德多了一份荣誉感,“作为冬泳爱好者,生活在建德感觉

很幸福,我几乎每天都要去新安江过过瘾。”冬泳无疑成为了这位元老的“一生中最爱”。

值得一提的是,本届赛事还迎来了16位外籍友人与夏日冬泳有了“第一次亲密接触”。“我从没有过冬泳的经历,也没有来过建德,非常期待这次建德之旅。”来自津巴布韦的亚历山大谈及建德和夏日冬泳充满期待。和亚历山大一样,这些来自五湖四海的泳士们因为夏日冬泳而了解建德,并对比赛充满了期待。

世界冠军等你来! 摩托艇表演与泳客共飞舞

本报记者 梅杰

本报讯 在经历了连续几日的半晴半雨后,杭城迎来了7月第一个高温橙色预警,并于今日正式进入中伏。在一年中气温最高且又潮湿闷热的日子里,2018中国·17℃建德新安江“夏日冬泳”万人挑战赛将于明日上演,为全国冬泳爱好者在炎炎夏日里送上一份清凉。

记者从建德市体育局了解到,本届“夏日冬泳”万人挑战赛,参赛选手们除了能够在山与水的画卷中感受冰与火的清凉外,还能够欣赏到由世界摩托艇冠军王晓伟和全国冠军李倩倩等12名

专业摩托艇运动员带来的“立式水上摩托编队”、“水上飞人”等表演。

“将摩托艇表演将贯穿整个冬泳挑战赛,除了起到暖场作用外,还能够通过极具视觉冲击力的表演,烘托起整个比赛的气氛,让在场观众和参赛选手们以更高的热情投入到比赛中去。”建德市体育局相关负责人告诉记者,水上摩托和冬泳都属于清水运动,二者天生就是“一对”,本次“夏日冬泳”万人挑战赛将两项运动有机结合,能够起到1+1>2的效果。

据悉,水上摩托运动是集高科

技、观赏、竞争和惊险刺激于一体,富有现代文明特征的高速水上运动。驾艇时,马达轰鸣浪花飞溅,总是高潮迭起、扣人心弦。比赛时,场面更是壮观不已,浪花飞溅的场面堪称惊心动魄。随着水上摩托运动在国内众多城市的快速发展,热爱此项运动的群体也逐年倍增,水上摩托运动也因此成为一项新颖、时尚、健康的水上休闲体育运动。而明天的建德新安江上,不仅能够欣赏到摩托艇表演,更能与世界冠军、全国冠军进行互动,这么精彩,怎能不来!

>>> 延伸阅读

谁说冬泳只能在冬天?来到建德,在夏日也可以畅享冬泳的乐趣。2018中国·17℃建德新安江“夏日冬泳”万人挑战赛即将开赛,游泳爱好者切记提前做好准备工作,注意事项一定要谨记于心,才能更加畅快地共享17℃清凉。

“夏日冬泳”注意事项

参与者下水前应充分做好准备活动,一般为35分钟。上岸后要立即用毛巾擦干皮肤,下身、脚趾缝处也要擦干净,防止皮炎的发生。有条件的要用冷水冲澡,切不可立即用热水浸泡,这样会加重心脏的负担,易造成脑缺氧,产生头晕、恶心等症状。擦干身体,穿好衣服,同时进行适当的运动促进复温。

“夏日冬泳”的禁忌

- 1.忌饭前饭后游泳
空腹游泳会影响食欲和消化功能,也会在游泳中发生头昏乏力等意外情况;饱腹游泳亦会影响消化功能,还会产生胃痉挛,甚至出现呕吐、腹痛现象。
- 2.忌剧烈运动后游泳
剧烈运动后马上游泳,会使心脏加重负担;体温的急剧下降,会减弱抵抗力,引起感冒、咽喉炎等。
- 3.忌不做准备活动即游泳
水温通常总比体温低,因此,下水前必须做准备活动,否则易导致身体不适感。
- 4.忌游时过久
水中停留过久,体温散热大于发热,皮肤出现鸡皮疙瘩和寒颤现象。这是夏游的禁忌期,应及时出水。游泳持续时间一般不应超过1.5~2小时。



◎一起来参与◎

按下快门 定格美好 “一起拍·泳动新安江”摄影大赛启动

本次2018中国·17℃建德新安江“夏日冬泳”万人挑战赛,主办方诚邀当天观赛民众、摄影爱好者、新闻媒体记者等共同记录当日精彩瞬间,并公开征集以“一起拍·泳动新安江”为主题,7月28日“夏日冬泳”比赛当天的摄影作品。

参赛者在7月28日~7月31日期间,将1~3张摄影作品投递至邮箱ttb0571event@163.com,作品像素不得低于1024×681,投递作品请备注“作品题目、简要说明、作者姓名、联系电话”。



翻看旧日影像 解锁尘封记忆 历史照片墙与你共回首

建德新安江“夏日冬泳”挑战赛已经走过30多年。为更好展现“夏日冬泳”挑战赛的过往历史,展现建德市城市发展,主办方特开展了征集“夏日冬泳”老照片活动,用一张张老照片,解锁尘封多年的记忆,获奖作品将于7月28日赛事现场照片墙上为大家呈现。