

邂逅本土体育嘉年华,运动爱好者再扩容,运动项目更丰富…… 长三角运动休闲季迎来“放大”版收官站—— 好玩才是硬道理!“动静结合”开启宁海酷玩之旅

本报记者 朱郑远/文 通讯员 贺元凯/摄



飞檐运动

1 三省二市爱好者玩转时尚运动 运动休闲体验季撞上宁波体育嘉年华

经过3个小时的舟车劳顿,浙江的运动爱好者就已经抵达了此次活动的所在地——宁海县胡陈乡户外小镇,其地处宁海县东部山区,是浙江省首批运动休闲小镇之一。而此次运动休闲体验季宁海之旅恰逢2019宁波体育嘉年华在胡陈乡举办,近800名运动爱好者不仅能欣赏到美丽的风景,更可以挑战体能的极限,攀岩、扁带运动、飞盘运动、袋鼠跳、皮划艇等户外体验项目都能玩个遍。

三省一市的运动休闲爱好者与宁波体育社团骨干来了一场“五军之战”。在众多参赛项目当中,扁带运动是让运动爱好者既新奇又心急的一个项目,参赛选手们使出浑身解数,在一根小小的扁带上快速行走,上下翻飞。浙江队队员吴国胜告诉记者,这是他第一次尝试这个项目,亲自上阵以后才感受到是真的难。“扁带没有支撑的力,全靠你运用自身的重力压住它,但是你还向前走动,保持平衡就十分困难了。但是尝试新事物的感觉十分不错。”

虽然大部分选手都是初学者,但是在庞大的户外爱好者也隐藏着一些“大师选手”,完成一系列高难度的技术动作,玩出百般花样。他就是来自安徽的户外爱好者周帆,“我是一名登山运动的发烧友,而扁带运动是由登山攀岩运动派生而来的体育项目,所以才这么熟悉。”

据他介绍,此次休闲季扁带运动的规格较为标准,选用了5厘米宽,2.5毫米厚的扁带,让爱好者体验,还有专业的教

练员进行指导。“其实,扁带运动不限于平地上,更可以拓展到野外、水上,尤其是水面上更加具有可玩性。”

如果说扁带运动是一项“凌波微步”绝学,那攀岩运动则是聚焦了全场最为火热的目光,比赛都还未开始,就攀岩场地就已经排起了“长龙”。来自江苏的王女士刚刚完成了一次半程攀爬,她告诉记者:“平时自己会尝试一些速降类的活动,而向上攀岩则是第一次尝试,这是两种感觉。”在她看来,攀岩对于体能的要求更加高,同时更加富有技巧性,征服困难的快感也更加令人陶醉。“回去还想多尝试几次,这次没有抵达最高点,稍微有点不甘心。”

在现场体验的不仅有成年人,小朋友们也在家长的带领下跃跃欲试。记者注意到,体验的孩子们大多集中在6—9岁之间,虽然年纪还小,但是这种寓教于乐的运动方式,激发了他们挑战自我的欲望。“主要是想带孩子来锻炼一下,这种新兴运动对于培养孩子毅力来说是个不错的方式。”来自宁波的家长方文告诉记者。

26日晚上,还举办了精彩纷呈的联谊晚会,以庆祝中华人民共和国成立70周年为主旋律,通过音乐传唱、节目互动、游戏环节,既抒发了参与者的爱国情怀,又增添了户外运动的魅力乐趣。随后,夜间露营开始,大家在静谧的胡陈星空下,以贴近大自然的生活方式享受户外运动的乐趣。

在浙江乐清玩亚洲最刺激的飞拉达,到上海奉贤华东地区最大的森林公园里玩森林定向,最远距抵达离杭州600多公里的江苏铜山,度过了一个楚汉相争的夜晚……这些都是2019第六届长三角运动休闲季的“运动休闲礼包”,从今年4月开启一来,已走过7站,运动爱好者们用运动的方式在浙江、上海、江苏、安徽留下了各自的足迹。

上周末,今年的长三角运动休闲季也迎来了收官站——宁海站,玩转皮划艇;登顶岩壁之巅;徒步穿越古老村落,一探历史的密码……开启不一样的酷玩之旅。



皮划艇



扁带运动



攀岩



袋鼠跳

2 “动”态体育+“静”态村落 徒步探访千年古村 感受厚重历史文化

说起宁海国家登山健身步道,那可是大名鼎鼎,今年还入选了“中国新美步道TOP10”、浙江省十佳运动休闲绿道。步道遍布宁海城乡各地,把沿线的景区、文化遗迹、村落、户外运动场所等串联起来,被称为“千里休闲健身步道”。此次运动休闲体验季的第二站的徒步穿越就定于此,可惜天公不作美——一场大雨也让步道寸步难行,细心地主办方将路线从穿越大山的胡陈乡线路,更改为茶院乡线路中的许家山部分,让运动休闲爱好者以徒步方式一览千年古村魅力。

刚走进许家山石头村的时候,很多人都会有一种穿越时空的错乱感。延至小巷深处的石头小路,磐沿整个村落的曲曲石巷,微风的细雨里沉默不语的石头房子,肃静安然的青涩石院、斑驳历史的蔼蔼石墙、静默安然的石板桥,路边可爱的石桌和石凳,还有门前踱步的大黄狗和步履蹒跚的老人。

这便是宁波现有建筑群规模最大、保存最完整的石屋古村,从南宋期间延续至今,是浙东沿海山地石屋建筑群的典范。整个石头村都是由附近山上青灰色的安山岩质石材整块砌成,排列巧妙。这种岩石经过长时间的岁月侵蚀和风化,便犹如青铜器一般,于是当地人便俗称为“铜板石”。而这条穿村而过的石道也有着自己的“专属称号”——驢马古道,是宁象古道的穿村段之一,自古以来商贾们运送货物,驱赶驢马穿行在这条石路上,逐渐形成了许家山的商业老街。

对于这样的徒步旅程,浙江队队员徐洪太竖起了大拇指,他也是运动休闲体验季的忠实粉丝。他说,之前体验过许多的时尚体育运动,大多都比较刺激,而此次的徒步活动则更是“静态”,用运动感受古村落,感受宁静,对于年纪大的运动休闲爱好者来说,也是一种更加生动的体验方式。

“从这一点,也能感受到主办方对于活动的细心。”徐洪太坦言,这是他的最后一次运动休闲体验季,明年他就51周岁了,体验季的限定年龄是不能超过50周岁的。虽然即将参加不了,但是徐洪太还是由衷地希望这个活动能够越办越好,也会持续关注,有心仪的地点到时候可以自己去走一走,体验一下。