

创新意、增难度 累计海拔提升1400米 “神行定海山”热动海岛 徒步达人各显神通

本报记者 薛原

本报讯 上周日,2019年“神行定海山”全国徒步大会暨中国海岛登山赛在舟山市定海区南洞艺谷启动。“人间四月芳菲尽,定海山花始盛开”,在这最美的季节,全国近1700名户外运动爱好者齐聚全国首条海岛国家登山健身步道——舟山定海国家健身步道,来一场说走就走的旅行。

本届徒步大会共分5公里、10公里和25公里3个组别,赛道参赛者中最大年龄的为65岁,最小的为6岁,除了省内外选手,许多来自欧美的外国友人也不远万里来到舟山参与活动。赛道全程最高累计爬升距离为1400米,对于选手来说不啻为一场高难度的挑战。

定海本地小伙李恺元已经是第三次参加神行定海山活动,在他看来,这项经典赛事是向全国乃至全世界展示舟山风貌的最好舞台:“我

因为这个比赛结识了很多朋友,俄罗斯的兹沃列夫就是通过参赛认识的,外国跑友都因为神行定海山而开始喜欢我们舟山。”在竞赛过程中,李恺元合理安排不同缓急地段的速度与频率,最大程度保持体力的同时跟上大部队,“我参加过不少类似的活动,自己有一些心得。”

徒步“大军”中,一位金发碧眼的俄罗斯姑娘尤其显眼,她是浙江海洋大学的留学生安娜。她用纯正的中文向记者说到:“我喜欢舟山,喜欢运动,这里太美了!”已经在舟山生活学习两年的安娜是第一次参加神行定海山,身高超过1米75的她步幅甚至超过了很多男选手。

今年是“神行定海山”举办的第5个年头,相比往届,在不少方面都呈现了新的亮点。舟山市定海区文化和广电旅游体育局局长孙

艳青告诉记者,活动中加入了当地极具传统特色的“渔民号子”,趣味十足的充气城堡,除了让参与者尽情欣赏山海美景与田园风光之外,更增加了亲子间的沟通与交流,多添一份温馨。而富有年代感的绿皮火车映衬着满是现代涂鸦的个性屋舍,新颖的搭配成了游人镜头追逐的焦点。

记者了解到,“神行定海山”品牌系列活动是定海区结合海岛健身步道打造的“国字号”品牌活动,被列入浙江省重点培育品牌体育赛事名录库,5年来活动报名场场火爆,山地户外运动已然成风,体育健身与休闲旅游、海洋文化交融相生,相得益彰。在已有的近百公里国家登山健身步道的基础上,到今年年底,定海区将继续打造国家登山健身步道超过60公里,为未来的升级版“神行定海山”活动奠定坚实的基础。

网球高手齐聚浙大“一决高下”

本报讯 日前,首届杭州市青少年网球联赛(标网第一站比赛)在浙江大学紫金港校区室外网球场和气膜网球馆同时上演。

据了解,首届杭州市青少年网球联赛分短网和标网两大项目,全年共打3个分站赛、1个总决赛,横跨一整年。继短网比赛在上周圆满结束之后,联赛的标网比赛当天在浙江大学紫金港校区的8片气膜网球馆和室外8片球场共16片球场上再次拉开帷幕,本次比赛共有235名小运动员到场参赛。

比赛当天,算上陪同的家长 and 教练员,共有500多人一同参与这次网球盛宴,比赛规模在杭州可谓前所未有的。杭州市陈经纶体育学校校长吴璐琪表示:“杭州市的青少年网球运动现在正处于重要的发展时期,目前已输送‘一男一女’两位前美网青少年冠军吴易昺和王曦雨,现在为杭州市青少年网球比赛提供学习与交流平台,努力提升全市网球水平,就是希望有越来越多的网球人才会日渐凸现出来。”

季敬凯是戊组的选手,今年9岁,从大班开始就在陈经纶体校练习网球,到现在已经有4年的时间了。“此次比赛让我们感觉特别幸福,因为在家门口就能够参加这么高水平的比赛。我看了下,杭州这个圈子里平时在练的孩子们都来了。”季敬凯的爸爸季哲序说。

此次联赛首站不仅是吸引了广大青少年网球运动员参与其中,更是聚集了几乎所有杭州市知名的网球教练,他们的目的自然是希望能从这些孩子们当中,发掘出下一个希望之星。相关工作人员说:“其实孩子平时练网球特别辛苦,牺牲了很多,所以为他们创造出好的比赛平台,好的网球氛围,也是对他们的激励和帮助。”

(杭体)

包“游”

日前,来自杭州、金华、绍兴等各地20多支游泳俱乐部的300多位冬泳爱好者在绍兴市区快阁公园古鉴湖水域参加鉴湖冬泳俱乐部成立仪式暨全省泳友交流活动。

通讯员 骆海森 骆海虹



百余跑友翻山越野,在金华感受运动之乐

绿树红花环绕,鸟儿鸣唱伴奏,如果能够在这样的乡间小道上跑步,那必定是要多美就有多美。日前,随着一声枪响,来自金华各县(市、区)的800余名长跑爱好者,从婺城区安地镇仙源湖实验学校出发,共同开始了2019中国山水四项——金华南山越野赛的赛程。

据了解,本次大赛赛道蜿蜒曲折,全程路面以森林山脊土路、登山步道为主,针对不同的人群设有18公里亲子体验组、36公里挑战组、42公里精英组三个组别,选手们可以零距离地感受金华南山的户外之美,体味绿水青山。

“感觉很好,在山里也没有那么热。”来自金华的张文翰在走完36公里挑战组的路程后依旧显得精神奕奕,他表示,平时他对于身体管理这方面就不懈怠,虽然从前没有一次性这么长的徒步,可是因为运动强度的原因,仍然显得游刃有余,

“今天气温已经‘破三’了,但是山上空气好、气温也适宜,徒步锻炼对身体也有好处,我又何乐而不为呢?”

像张文翰这样的人不在少数,不少人在完成了自己组别的路程后仍显得意犹未尽。“这样的活动太棒了,也给我开辟了一条新道路。”户外爱好者张锋此次参与的是精英组的比赛,他表示以往也去西部参加过一些戈壁越野的赛事,但这次带给他完全不同的感受:“还是我们这儿好!”他表示,以往的越野赛都以竞速为目的,但是这回他却可以稍稍放缓脚步,感受南山的美丽。“以

后肯定还会来这里,可以放松自己的身心,也算是度假休闲吧。”

本次活动不仅有10位新人“以健康生活为新生活的开端”参与了比赛,仙源湖实验学校操场上的主席台区域,还设有扎染、木刻版画、婺州窑等非遗文化展示区以及农产品展示区,吸引了众多观众,桂花糕、茶叶、竹笋等当地农特产品供不应求。“我们致力推广南山的好山好水,让更多人能够来到我们这里,开启体味自然、感受运动的快乐。”相关负责人表示。

(通讯员 徐斌)