

“生态+体育”新玩法,尽在奉贤这场大聚会

本报记者 余敏刚 文/摄

上周末,2019年第六届长三角运动休闲体验季的第二站来到上海奉贤。来自浙江、江苏、安徽、上海等地的近200名休闲运动爱好者,在为期两天的活动中体验了一场别具一格的“生态+体育”大聚会。

周六下午,休闲运动爱好者们走进海湾国家森林公园,在这天然氧吧,感受自然景观的旷野、宁静和伟大。

开幕式上进行了非物质文化滚球表演,在动感热身操后,选手开始了本次定向越野赛的“打卡”任务,在卡丁车赛道疾速飞驰,体验风筝、皮划艇和马术等户外运动的独特魅力。

卡丁车打卡点人头攒动,马达声、尖叫声此起彼伏。浙江队的胡兵带着儿子开着卡丁车在赛道上飞驰,父子俩将最美的笑容留在了赛道上。胡兵告诉记者,他是第三次参加长三角运动休闲体验,与前两次不同的是,这次是带着儿子一起来体验运动激情。两人都很开心,希望下一站还能参加。

作为本次定向越野赛的大热点——森林跑马,活动一开始就聚集了大量参赛选手,浙江选手吴听听早早便守候在打卡点。“一开始上马我还心有余悸,但是教练拉着马跑了几步之后,我感受到了马儿的呼吸和心跳声,那种骑马御风的感觉让我久久

不能忘怀。”

各省选手在比赛场上尽情奔跑,一路上充斥着大家的欢声笑语。最美的风景在路上,最美的心情就是与大家一起分享休闲的快乐。最终,安徽队包揽了定向赛的前4名。

当天晚上的晚会也拉近了各省休闲运动爱好者的距离,各省代表队分别进行了才艺表演,奉贤版“中国好声音”轮番上演。

周日,休闲运动爱好者们来到奉贤博物馆。走进大门的那一刻,休闲运动爱好者们仿佛自己走进了历史的长河,高科技的互动游戏、裸眼3D的影片等也让人应接不暇。

上海市体育局相关负责人表示,近年来,奉贤相继举办了索道滑水世界杯、中国业余网球大师杯、中国围棋甲级联赛等国际国内一流赛事,奉贤海湾镇还成功入选了国家首批运动休闲特色小镇。今年9月,世界摩托车越野锦标赛也将落户奉贤,奉贤逐渐形成了集体育赛事活动、滨海休闲度假、运动康体养生等多种功能为一体的体育休闲旅游新业态。

▼森林跑马



▲农垦博物馆



▲彩弹射击



▲森林卡丁车



►定向赛浙江队前三名



亲近自然享受户外 来宁波这些露营景点领略“诗与远方”

本报综合报道

对于很多人来说露营是享受户外的一种方式,也是有些人体验大自然,亲近大自然最直接的生活态度。据报道,美国一项最新研究显示,露营将人体暴露于黎明和黄昏的自然光下,将有助于人们入睡,并提高睡眠质量,苦于失眠的夜猫子们或从这项活动中得益。夏天来临,下面来看看宁波有哪些地方风景又好,又适合露营的地方吧。

● 北仑总台山

简介:总台山的白色风车是浙江省最大规模的陆上风电场,总共有30台风车,形成一道独特的风景线。同时山顶的烽火台始建于明洪武二十年(1387),当时称三塔山台,清代沿用至今。海拔309.2米,是穿山半岛东端最高的山峰。

露营地点:烽火台旁边的水泥地

及一个抗倭寇的凉亭。

推荐理由:自驾车可以直接开到山顶,夜晚可以观北仑港夜景,观日出最佳的位置,看一连排的风车。

缺点:没有水源,需要自己带水。

提醒:最好有车把装备带上去,重装走上去会汗流浹背,山顶没有水源不能洗澡,山顶风大禁止用火。

● 福泉山

简介:山顶有碧水一池,称“龙潭”,旁有古井,井水常年不竭,为“福泉”。

露营地点:有两个最佳地点,一个是靠近水源的天然水池龙潭,一个观日出最佳的地方五台峰。

推荐理由:登山顶西可望东钱湖、宁波城区,东可观海上日出。不经意间,山上云蒸雾蔚,春秋不容易分辨。(很多人会选择夜骑福泉山看

完日出再下山)

缺点:公交车只能到山底,徒步者需走非常规路线,最好自驾和夜骑。

提醒:福泉山开放时间是8:30—16:30。

● 观顶湖

简介:观顶湖,位于海拔560余米的观顶村。在青云天瀑景区水门岩“华东第一瀑”、1368级誉为“天下第一梯”青云梯石阶的顶部,湖泊水面积200多亩,湖泊总库容量226万立方米。

露营地点:地点很多,大坝上是个不错的选择。

推荐理由:当星星布满了整个天际,到处弥漫着夜色的浪漫,在犹如平镜的湖边,支起若干帐篷,露宿在大自然的怀抱中,可享受绿色健康的生活。(有流星雨的时候,这里是露

的首选地)

缺点:公交不能直达,只能自驾,或从五龙潭祭坛翻到观顶湖,或从青云梯背上观顶湖。

提醒:观顶湖没人打扫,请露营完之后带走自己的垃圾。

● 十里四香

简介:十里四香景有四个生态人文村。景区气候温暖湿润、雨量充沛,三面环山,青溪穿村,自然生态环境极佳,休闲的好去处。

露营地点:可在湖边的木板平台。

推荐理由:晚上露营,游客渐渐散去,留下被湖水包围,来点音乐,惬意的很。

缺点:蚊子多。

提醒:防蚊水,花露水要备足,帐篷进出记得拉上门链。