

一边行走,一边品味,一边探索南宋遗风 西湖边有一条“宝藏线路”值得推荐

文化走读活动缘起于世界上非常流行的 City Walk。City Walk,即城市行走,概念最早来自英国伦敦——在那里,人们用行走来品味城市特色和文化。

5月底,万众期待的“走读南宋皇城小镇”亮相。杭州上城区希望以“走读体验”的形式,让人们直接感知传统文化的魅力,帮助“新老杭州人”了解杭州的文化地理与历史变迁,加深对中华优秀传统文化的认知,增强文化自信,提高人文素养。

南宋皇城小镇位于南宋临安城

遗址核心保护区,以南宋皇城遗址和清河坊4A级景区为核心,积淀千年人文历史和众多旅游资源,留存有南宋皇宫遗址、三省六部等南宋宫廷古迹十余处,保留二十三坊、大井巷等原生态市井生活场景,拥有清河坊、南宋御街等全开放式特色街区,以及南宋遗址陈列馆、紫阳书院、胡雪岩故居等40多个文旅体验点和近50项非遗项目,是国内南宋文化积淀最为深厚、保留最为完整的区域。

这条路线是杭州西湖世界文化

遗产监测管理中心的专业人士为新的社会阶层人士量身设计的,以“南宋皇城小镇”为核心,将上城区部分非遗体验点、有故事的景点、老字号串珠成链。以“用”、“食”、“药”、“景”、“商”、“馆”、“宅”、“古”为关键词对沿途景点进行展现。走读活动还特别邀请志愿者作为“西湖文化特使”,为大家做出专业的现场讲解和答疑。还配有老照片展现历史风采。

具体路线:

柳浪闻莺—勾山樵舍—孝子坊

—林徽因故居—杨皇后宅园园林遗址(中大吴庄)—四宜路—郭婆井—修女院—浙江体育会摩崖题记—三茅观(于谦读书处)—吴山第一峰—江湖汇观亭—省城隍庙(城隍阁)—药王庙—有美堂(宋樟)—城隍山瞭望塔—东岳庙—伍公庙—鼓楼—朱养心膏药店—钱塘第一井—张小泉剪刀店旧址—保大参行—胡庆余堂—方回春堂—潘永泰棉花店—清河坊四拐角(万隆火腿庄、张允升百货店、宓大昌烟店、孔凤春粉局)

(通讯员 萧歌)

1200米全透明玻璃滑道,山顶到山底仅3分钟 临安悬崖漂流让户外爱好者大呼过瘾

本报记者 华雨晨/文 沈智钦/摄

5月中下旬,位于杭州临安龙岗镇的三渡悬崖漂流开门营业。

此前在抖音APP上关于该地悬崖漂流的一条视频曾经爆红,并引起网络热议。视频中,游客乘坐橡皮艇从起点处滑下,与众不同的是,橡皮艇下面的漂流栈道是全透明的玻璃,网友纷纷留言“刺激”。目前该条视频的播放量已经突破800万次,临安的悬崖漂流也成为了名副其实的“网红”。

据悉,这条依山而建的悬崖漂流从去年开始建造,全场1200米,离地高度在60米左右。根据该地之前的内测情况来看,漂流全程用时3分钟左右。

游客孙逊哲和女友特地从杭州市区来此“打卡”。作为第一批吃螃蟹的人,他们对全玻璃的栈道很感兴趣:“平时我们都是登山爱好者,就喜欢亲近自然。这次听说悬崖漂流开业了,就赶紧来试试。”与登山不同的是,悬崖漂流的亲水方式让他们感觉很新鲜。“实际坐在里面并没有外面看起来这么吓人,漂下来的速度还是比较慢的,与传统的漂流方式比起



来,这个悬崖漂流还能比较悠闲地俯瞰周围的山景。”

三渡悬崖漂流负责人王伟告诉记者,为了保障悬崖漂流的安全性,他们花了很多心思,包括加固承重柱,增加防护网、定制带有安全带的橡皮艇等:“整条玻璃栈道全是多层加厚的,只要按照我们的要求乘坐,悬崖漂流的安全性比普

通漂流更高。”

根据记者了解,目前国内的悬崖漂流并不多,位于杭州临安的这条漂流栈道在省内尚属首例。根据景区规划,后期还将依托临安的山水特色,在悬崖漂流的周边增加配套设施,像丛林飞车、龙井峡户外素质拓展基地、有轨小火车等项目,增强体育旅游的开发。

三省九市抱团话健身, 共建老年体育辉煌今朝

本报讯 日前,三省九市老年体育协会秘书长相聚宜居建德共话老年人健身,召开2019年第十五届环太湖老年体育圈联谊会秘书长会议,也为十月下旬的第十五届环太湖老年体育圈老年体育工作经验交流会保驾护航。

本次会议由杭州市老体协常务副主席周红主持。杭州市老体协秘书长徐磊就关于召开第十五届环太湖老年体育圈老年体育工作经验交流会(讨论稿)相关议题进行了说明。

抛出议题后,大家围绕体育圈经验交流会进行了交流,谈了本市工作开展的心得,就条目细化、参与人员面、论坛内容、展示方式、活动

交流平台创设、特色赛事等相关事宜提出建议。

建德作为本届东道主,徐磊希望三省九市城市之间工作情况相互借鉴,好经验、好做法共同学习是城市交流会的目的。

杭州市老年体协主席曾东元表态,老年体育工作首先顺应形势促发展。根据当前形势,2020年是全面建成小康社会的第一个100年,以健康扶贫提高老年人的体质,顺应新时代发展主题,加强老年人工作开展。其次,加大老年体育设施建设,老年体协要做好中间的桥梁,让老年人有更多的健身活动场所。此外,自身建设促发展也显得尤为重要。虽然当前形势

对老年人工作越来越重视,但是老年体协负责管理人员都是退休干部,所以要自我强身健体,加强交流,拓展圈子。最后,老年体协首要工作就是服务老人,热心奉献,注意保重自己的身体健康和活动的安全,科学健身,为老年人服务作贡献,老年朋友通过老年健身提升老年人获得感、幸福感,使老年体育工作更上一层楼。

本次联谊会为环太湖各地加强协会建立合作交流提供了更广阔的空间,为各城市老年体协更好发挥各自优势,拓展交流领域,全面提升合作水平,分享老年体育工作更多成果,促进老年体育事业更快更大发展。

(通讯员 陈启浩)



短消息

@杭州

本报讯 日前,杭州多所中小学举行运动会,将“体育+”玩出多花样,一波波阳光少年彰显青春风貌。

(杭体)

@上城

本报讯 日前,杭州上城区教职工“谁是球王”乒乓球比赛在杭州市高银巷小学室内馆举行。来自全区44所学校200余名教职工参赛。

(上体)

@萧山

本报讯 日前,“永前杯”2019第四届戴村山地马拉松赛在戴村镇三清园鸣枪开跑,来自国内外的1400余名马拉松运动员和热爱跑步的市民朋友参加了比赛。此次山地马拉松赛事的成功举办,为戴村建设郊野运动小镇增添活力,为戴村打造“杭州南花园,城市新阳台”注入动力。

(通讯员 沈镇)



@富阳

本报讯 日前,在杭州市小学生阳光体育篮球锦标赛上,富阳区实验小学女子篮球队夺得冠军,男子篮球队获得亚军;在杭州市中小學生阳光体育棋类(象棋)锦标赛上,新登镇小获小学组女子团体冠军,金雨涵同学荣获小学女子乙组个人冠军。

(通讯员 臧一平)