

天凉跑个秋 收好这份杭州运动赏秋地图

本报综合报道

最近杭州的天气可以用秋高气爽形容,太阳大大方方露面,体感比较舒适。金秋时节正是运动好时机,不少运动爱好者已经率先打卡“网红地”,在美丽风景中留下了动感的身影。

九堡东湖公园: 慢下脚步,感受鸟语花香

日前,弄潮2020九堡街道“全民健身·共享亚运”毅行大会在九堡东湖公园正式启动。此次毅行路线全长4.5km。绿道沿途曲水环绕,风景秀丽,居民可以在这里漫步骑行,听听鸟鸣、闻闻花香,呼吸新鲜空气,心情格外舒畅。此次毅行共吸引200名毅行爱好者参加。经过大家的共同努力,一个小时内全体人员顺利完成了毅行全程,其中,最快的半小时完成全程。

本次大会位于东湖路市民公园,东湖城市公园于2017年10月建成,是杭州市第一个被省建设厅列入的省海绵城市建设典型案例,是一处集生态构建、城市防护、景观娱乐、绿色文化传播等诸多功能于一体的城市园林代表作。如今,体现生态景观、休闲游览、体育运动、文化创意等多功能的东湖市民公园绿道已经成为打造绿色九堡、生态九堡、美丽九堡的一张亮丽金名片,不断满足居民朋友们“慢下脚步、静下心来,亲近自然,享受生活”的美好生活向往,实现“5分钟见绿”的诗意绿道生活。

铜鉴湖景区:动可花海畅跑,静可悠闲垂钓

铜鉴湖景区是西湖区新增的一处网红景点,“红树青林,一川如画”,春夏秋冬,花团锦簇。波斯菊、马鞭草、向日葵肆意绽放,在阳光下熠熠生辉,十分壮观。趁着向日葵盛开,已有跑友在花海中深度体验了一把。“我们一共

八九个人,早上4点多出发,5点多就到了铜鉴湖公园,这么早公园里没什么人,感觉整个向日葵花海被我们包场了。”跑友江小跑说,在花海中奔跑的感觉特别爽。

除了小年轻,钓鱼老手们也看中了这个“网红地”。在2020年“迎亚运”杭州市老年人重阳钓鱼

交流活动中,来自杭州各区县(市)的13支队伍,共计60余人报名参赛。最终拱墅区选派的钓鱼“健将”们凭借沉稳的心态、出色的技术水平、老练的参赛经验,不但获得了本次比赛的团体冠军,还包揽了个人项目的前三名。



富阳区壶源溪绿道:串起美丽乡村,激发拥江活力

溪水潺潺,碧波荡漾,古村落错落有致,秋天的富阳区壶源溪绿道不仅美还格外热闹。前来参加第二届浙江省“绿道健走大赛”暨“绿道健身月”活动富阳站的500多名健走达人们,用最健康的方式打卡最美绿道,诠释美好生活。

“我们以绿道串起美丽乡村,连接风景名胜,传承富春文脉,激

发拥江活力。”富阳区拥江发展领导小组办公室专职副主任董利军表示,富阳绿道依托独特生态禀赋和历史积淀,充分挖掘利用山、水、人、城、文化、生态元素,以精品江景、骨干河道、山水田园、美丽乡村为依托,构成了互联互通和主支合理衔接的绿道网络体系,塑造“绿道滨水建、登临龙虎间”的“富春山居”绿道品牌。

此次活动选址的壶源溪绿道,很好地诠释了富阳绿道建设的初衷。该绿道沿壶源溪而建,横跨场口、常安、湖源三个乡镇,将整个壶源溪上中下游串联,打造出一个拥江抱溪的景观长廊。不仅风光秀丽,该绿道沿线还建

有大量商业、农业设施,交通设施,及其他功能齐全的绿道设施,便于健身休闲,促进旅游,带动了相关产业,居民的获得感也因此大幅度提升。

据了解,目前该壶源溪绿道经过省级部门联合对照第四届省最美绿道“评估标准”进行内业评审后,已入选15条“浙江最美绿道”候选名单之一。在富阳,像壶源溪这样的美丽绿道还有很多。2018年,江滨大道被评为省最美绿道,2019年,富春湾绿道、文豪绿道被评为杭州市最美绿道。今年富阳区绿道建设计划166.4公里,其中,列入杭州市绩效考核的就有129.7公里,24个项目。



除了杭马,金秋杭州还有这些活动

本报综合报道

随着时间前行的脚步,杭州进入了深秋。秋天是个容易贴秋膘的季节,大家何不趁天气还不错、景色也很美的时候,出来运动运动。接下来,杭州还有这些活动你可以参加。

杭州毅行大会

今年是国际(杭州)毅行大会创办十周年,也是全省绿道健走的第二年,两大活动同期举行,将让参与人数更多、影响力更为广

泛。本次活动以“全民健身·共享亚运”为主题,是依托全省绿道这一高品质运动休闲平台举行的绿道体系赛事。全省90个县市区同步开展,杭州毅行大会暨绿道毅行系列活动同时启动,参与人员在选定的绿道上进行为期30天的线上绿道毅行。

2020第三届环钱塘江国际(杭州)骑行大赛

还记得去年在钱塘江畔,举

办的一场热闹非凡的骑行大赛吗?无论男女老少,都能来体验一波骑行的快乐!今年11月8日,“全民健身·共享亚运”2020第三届环钱塘江国际(杭州)骑行大赛将如约而至。大赛作为第四届杭州钱塘江文化节系列活动之一,活动路线环绕钱塘江畔,通过骑行的形式深度探索和体验钱塘江文化,弘扬弄潮儿精神。赛事将吸引众多国际参赛选手,以及长三角地区的骑行爱好者,进一步了解“全民健身、共享亚运”的

主题行动,与亚运同行。

2020年千岛湖马拉松

千岛湖马拉松于2015年11月在淳安首次举办,至今已连续举办了6届。2019年千岛湖马拉松被中国田协评为金牌赛事,成为浙江省8个金牌之一。2020年千岛湖马拉松设置了全马、半马、湖跑跑(9.2公里)等三个组别的比赛项目,限额1万人,额满为止,定于2020年12月6日鸣枪开跑。