

每一步都是风景 2000多人徒步穿越金华“大花园”

11月8日,“战马杯”金华市第二届毅行大会在秋色正浓的金华山举行,由2000多人组成的毅行大军穿越双龙溪峡谷,漫步鹿女湖畔,重走霞客古道,一边体验毅行乐趣,一边打卡沿途美景。

秋高气爽、层林尽染,眼下正是金华山最绚烂多彩的时节。此次毅行大会一经推出,就受到了市民的热

烈欢迎。此次活动由金华市体育局、金华市体育总会、金华山旅游经济区政府管委会联合主办,北京奥运会体操冠军江钰源也到场为大家加油助力。

“金华山色与天齐,一径盘纤尽石梯。步步前登霄汉近,时时回首白云低。”本次毅行从智者寺出发,一路经罗电线、西旺村、毛泽东视察双龙电站纪念馆、双龙溪峡谷、双龙洞景

区销售处、双龙洞口、冰壶洞、鹿女湖、羊甲山村、霞客古道等景点,全程15公里,每一步都是风景。

有全家出动的,有班级组团的,金华市体育运动学校更是发动全校师生参加,副校长宣跃军说:“非‘健’不能胜其重,非‘品’无以致其远。使命如山,体校人初心不改,身体力行,在身心的锤炼和思想境界的升华中

体校人继往开来。”

金华山雄踞浙中大地,自然风光秀美奇绝,人文积淀深远厚重,“儒、道、佛”三源文化曾璀璨一时,古婺文化源远流长。近几年,随着金华当地全民健身运动的深入开展,金华山又成了山地越野、登山、自行车、游泳、定向等户外运动的胜地。

(通讯员 金 晚)



地市体坛

张奔奔拿下自由潜水动态双蹼世界第一 天台女将惊艳国际自由潜水圈

日前,AIDA 意潜自由潜水城市联赛(2020-2021 赛季)上海挑战赛传来振奋人心的好消息,天台女将张奔奔顽强拼搏,不断超越自我,一口气游出了惊人的216米成绩,打破由她自己保持的女子DYNB全国纪录和亚洲纪录,并超克罗地亚选手Mirela Kardasevic于2019年3月7日创造的208米世界纪录和俄罗斯选手娜塔莉亚·奥沃多娃2019年4月21日创造的211米的原最好成绩,成为该项目世界排名第一,惊艳了赛场和中国自由潜水圈。

遗憾的是,据裁判规则,必须在赛事举办前半年申报世界纪录挑战赛或世界锦标赛的破纪录的比赛成绩才能被认定为新的世界纪录。因此,张奔奔现在的目标是,代表中国在世界锦标赛上挑战世界纪录,争取刷新世界纪录。

张奔奔来自天台三合镇,大学毕业后在上海工作,2009年开始自己创业,并热爱各类运动。一次偶然的机会,受环游世界的旅行达人表姐火冰影响开始水肺潜水。2015年春节,在帕劳与家人、朋友水肺潜水时,接触到了自由潜水,并深深地爱上了自由潜水带来的这种无拘无束徜徉在大海里的感觉,之后的长假便经常前往东南亚海岛学习自由潜水和进阶,并考取了AIDA自由潜水教练、裁判。

2019年,受到潜伴的启发,参加了自由潜水深度赛和泳池赛。同年10月19日,在One Game城市联赛上海秋季泳池挑战赛中,她获得动态双蹼女子冠军,打破国家纪录。

今年上半年,受疫情影响,无法

外出进行深度训练,泳池关闭也无法训练,张奔奔选择了加强陆地体能训练,如波比跳、tabata等。有了良好的体能储备和各项身体素质的提高,疫情后,张奔奔在泳池找到了不断刷新纪录的节奏。2020年7月,One Game城市联赛杭州挑战赛,女子冠军,打破亚洲纪录;9月,深圳自由潜水泳池赛,180米破亚洲纪录,世界排名第七;10月23日,在国家体育总局水上运动管理中心主办的全国自由潜水(室内)锦标赛上,继续高奏凯歌,以DYNB189米和STA(静态闭气)惊人的7分53秒刷新这两个项目的女子全国纪录和亚洲纪录,并斩获女子总冠军。

不少人认为,自由潜水是世界上第二危险的运动。对此,张奔奔表示,真正的自由潜水竞技是有着多重保障措施的安全运动,是在有安全保障安全的基础上挑战自我。要注意的是,独潜比较危险,潜水时一定要结伴前行,并且在双方的极限范围内进行深度潜水,且在有救援能力的潜伴看护下进行泳池训练。

>>>新闻链接

不同于普通休闲潜水,自由潜水也是竞技运动。比赛分为适合开放水域的深度项目和适合城市举办的泳池项目。其中,泳池赛分为静态闭气、动态闭气有蹼(平游)、动态闭气双蹼(平游)和动态无蹼(平游)四项竞技内容。DYNB全称动态闭气双蹼,比的是穿双蹼脚蹼通过自由踢的方式一口气平游的距离(受过专业训练并有配备安全员,切勿独自模仿)。

(通讯员 陈斌斌)



燃! 四年等一回

11月8日晚,宁波市镇海区第十四届运动会开幕。据悉,镇海区运动会每四年一届,共设青少年部、成年部、老年部、残疾人部4个组别,涉及33项体育比赛。它不仅全面展示了镇海区“十三五”期间的体育成果,也是对体育高质量发展、公共体育服务体系建设的检验。

通讯员 朱 恒

穿村道过田间跨小桥 杭州兰里这场马拉松太美了

11月8日,三墩镇兰里景区,2020“鹏盛杯”西湖兰里乡村半程马拉松赛区鸣枪开跑。

赛事设半程组(21.0975公里)和小马组(7.1公里),共320人参加。其中半程组206人,小马组114人。赛事主会场,设在绕城村文化礼堂广场。上午8时30分,一声鸣枪声,300多名运动员便奔向赛道。600多面彩旗装饰的赛道,绵延3公里。选手们跑过村道田间,穿越小桥流水,奔跑在农家的门前。

大赛除了三墩镇当地的兰里跑

团外,还吸引了浙大户外、西湖跑团、良渚跑团、杭州交警跑团、江干跑团等10多支跑团的队员参加。

自古以来,三墩就有鱼米之乡、瓜果之地的美称。因荀子曾在此地读书植兰,又名兰里。漫长而悠久的历史、古老而灿烂的文化,为这片富饶的水乡注入了独特的人文魅力。

如今,依托美丽乡村建设,兰里景区建成了12公里的健身绿道,近年来,兰里景区已经累计举办各类体育活动、赛事10余场。

(通讯员 虞江晋芳)

战略合作伙伴



黄龙体育中心



浙江省体育彩票管理中心



浙江体育职业技术学院



浙江省体育竞赛中心



温州市体育彩票管理中心



绍兴市体育中心
电话:0575-8861265



大丰体育



杭州凯普体育器材有限公司

■浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号

浙江体育大厦裙楼

邮政编码:310004

发行热线:0571-85103334

广告热线:0571-85069545

新闻热线:0571-85178608

本报员工新闻道德监督电话:0571-85061223

法律顾问:浙江六和律师事务所 王恺煜律师