

每人奔跑4.12公里为武汉加油 杭城跑友上演“汉马云上之约”

通讯员 江小跑 本报记者 洪 漩

上周末,原本是武汉马拉松开跑的日子,却受疫情影响延期举行。不过,武汉马拉松组委会宣布,为倡导“健康中国”理念,传递“坚韧不拔、永不放弃”的马拉松精神,一场以“与汉同跑”为主题的线上马拉松——武汉加油马拉松正式起跑。

本次武汉加油马拉松,免费向全国跑者开放,只要在4月12日单次跑步4.12公里以上,并将跑步记录(打卡记录+运动照片)和对武汉的祝福语传至个人新浪微博,带上微博话题#与汉同跑#,并@武汉马拉松,就可以参加。全国各地的跑友们纷纷响应。在杭城,几个大家耳熟能详的跑团甚至为此早早做起了准备,只为在当天用实际行动为武汉“打Call”,用另一种方式上演了一场“汉马之约”。

12日清晨,天刚蒙蒙亮,杭州玫瑰跑团的负责人刘新超就带着跑团里的一众跑友在西湖边集合热身起来。“最近天气好,西湖边游客多了起来,我们一朵玫瑰跑下来得两个多小时,因此我们必须赶早。”

刘新超告诉记者,自己原本就有报名汉马的打算,只是此前没有报上名。当他得知线上跑马开启,立马在跑友群里组织起来。“这让像我这样没报上名的跑友,也能弥补一些遗憾。虽说最低只要跑步4.12公里以上就算参与,但是我们依然想绘一朵属于杭州玫瑰跑团自己的特色‘玫瑰’,

献给武汉。”刘新超直言,“笑脸迎朝阳,双脚玫瑰线”是玫瑰跑团的标志,奔向阳光更是大家美好向往和不懈追求。他相信,在这个特殊的春天,这场马拉松线上赛一定能唤起全国跑友的运动激情,一起为武汉注满元气,传达希望的曙光。

来自万家花城跑团的跑友们则寻了余杭南湖景秀湾的一处步道,来为汉马助力。该跑团成员皆为万家花城小区的业主们,据说他们还是杭城首个规模化小区跑团。

万家花城跑团骨干、8幢业主胡列革告诉记者,当时关于线上汉马消息一经发布在业主群里,报名十分踊跃。“这也是疫情至今,跑团成员的第一次集体活动,大家都十分期待。不少业主还给大家准备了补给,包子、馒头、水果、饮品,应有尽有。”

胡列革介绍,当日一早7点,共38位跑友整装待发。一支由六辆车组成的车队在大家的欢呼中开拔。“大家特意选了比较偏的场地,我们还有口号:武汉重起,好汉归来!中国加油,武汉加油!”胡列革感慨,大家在经历了这次疫情,更觉得人与自然和谐的可贵。“相信一切都会尽快复苏,我们有信心。”

除了杭州玫瑰跑团和万家花城跑团外,还有建德阳光国际跑团、临平跑吧、杭州疯跑团、梁山跑团等也纷纷响应线上汉马。跑友们在杭城各地跑步打卡,助力武汉。

专场健身培训服务医护人员 宁波这堂“体育课”很暖心

本报讯 日前,宁波一人一技宣教员团队专程前往宁波援鄂医疗队休养地,为他们现场提供健身指导,并组织了一场趣味运动会。作为宁波市大型体育品牌公益活动,一人一技体育技能公益培训还从4月3日起,通过网络直播教学专场的形式,为“战疫”归来的白衣天使们提供免费健身指导服务。

今年一人一技体育技能公益培训的一大特点就是通过线上、线下同步推进的方式开展培训活动。为了致敬“战疫天使”,一人一技宣教员团队专门为援鄂医护人员安排了系列服务计划。

当天的一人一技“战疫天使”趣味运动会,共设置了4个单人项目(“脚踏实地”“百治百效”“企鹅漫步”“摸石过河”)和3个集体项目(“毛毛虫赛跑”“鼓动人心”“车轮滚滚”)。正在疗养的268名援鄂返甬医护人员全部参与了趣味运

动会,大家表示玩得非常嗨,“好久没这么开心地运动了”,在完成全部项目之后,他们意犹未尽,临时又增加了一个集体项目“沙滩拔河”。

在趣味运动会之前,“战疫天使”们还参加了健身气功·八段锦培训活动。“之前通过网络视频教学的,专业教练现场指导,更是受到大家欢迎。上午培训开始前,很多人都提前到场了。”市全民健身公益技能培训基地相关负责人表示,为“战疫天使”指导八段锦锻炼的是陈刚、赵炎两位老师,“他们都是专业教练,比如陈刚老师,是全国武术比赛的冠军,专攻太极拳,在健身气功方面也是专长,是浙江省体育大会健身气功(八段锦)的冠军。”

据了解,除了线上教学、组织趣味运动会等活动之外,“一人一技”还曾专程为休养中的“战疫天使”们赠送了运动器械。

(通讯员 戴 斌)

畅享速度



上周末,玉环市大麦屿街道峰阳村牛场悦耕一米农场,众多游人体验着彩虹旱滑、蹦蹦跳跳、草坪乐滑……在古村落农耕艺术文化氛围里放飞心情。

通讯员 詹智 文/摄

(上接1版)

未来社区打造居住“体育样本”

除了硬件设施,瓜山未来社区的运动氛围同样吸引人。蓝健玮向记者展示了自己手机里的一个微信群——“全民健身训练营”,由72名租客组成。“4月12日群里刚刚结束了‘21天打卡’活动,由住在社区的教练带领,每天坚持健身打卡。活动收获了热烈反响,超过半数人坚持下来,如今群里又在准备策划下一次的活动内容。”等到塑胶跑道、体育健身中心建成后,我们

还将成立篮球、足球、羽毛球、跑步等项目的社团,把这些热爱运动的租客拉到一起,让他们在未来社区里感受到幸福。”

据了解,瓜山未来社区预计今年6月底整体施工完毕,投入运营。这个现代化的青年社区将共有约9000间公寓,初步测算能供1.5万人入住,届时来自五湖四海的青年将汇集在一起,在未来社区里享受“体育”,恋上“未来”。

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

合作伙伴



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