



导读

省内首场大型马拉松11月开跑
已经4岁的越马邀你来战!

>>>详见3版

“浙”三人带队领跑
陈雨菲想尝试双打

>>>详见7版

浙江两名队员上榜:
吴前第二 程帅澎第五

>>>详见8版

绿水青山全省大联动,喊你一起乘风破浪

迎杭州亚运会倒计时两周年主题活动在全省多地举行



本报讯 9月6日上午,“绿水青山大联动”迎杭州亚运会倒计时两周年主题活动在主会场钱塘江启航,全省各地以“水”为媒,在绿水青山之间,举办各种形式的水上运动竞赛、体育展演、亚运文化等活动,营造全省联动、共迎亚运的热烈氛围。

在出发仪式上,亚组委副秘书长、省体育局局长郑瑶,亚组委副秘书长、杭州市副市长陈卫强,省治水办(河长办)常务副主任、省生态环境厅厅长方敏等为活动“云启幕”,两届皮划艇奥运冠军孟关良宣读了倡议书,号召大家践行绿色、健康、文明的生活方式,通过水上运动参与亚运、助力亚运。

一声令下,百舸竞发。500名水上运动爱好者在著名运动员以及各界代表的领航下,从浙江的“母亲河”钱塘江出发,组队进行划艇接力,途经千岛湖、新安江、富春江等水域。其中,每段水域都有19人队伍作为领划,寓意对“2022年第19届亚运会”的期待。五颜六色的赛艇和皮划艇穿行在绿水青山之中,场面颇为壮观。

此次活动的路线经过了精心设计,沿途有“天下第一秀水”之称的淳安千岛湖,集运动、休闲、旅游、人文为一体的建德的七里扬帆景区、江南秘境和子胥渡,以桐君山为背景的《富春山居图》实景地——桐庐,具备原



百舸竞发共迎杭州亚运会倒计时两周年

生态田园风光的富阳桐洲岛等。一路青山环抱,碧水浸染,江城相依,色彩斑斓,如诗画般的意境,勾勒出一幅秀美灵动、绚丽多姿的水墨画卷。

朱国宏是本次活动千岛湖水域的19位领航员之一,他是杭州一家科技公司的CEO,热爱户外锻炼的他尤其喜爱水上运动,经常带领公司职员参与划艇、登山、跑步等体育运动。本次活动他一家人都参加了,他的妻子幸洁是一名大学老师,她坦言:“作为新杭州人,我是2002年来杭州的,到2022年刚好20年,我和先生因运动结缘,我们夫妻二人和两个

孩子,2022年在杭州一起见证亚运!”某银行大客户经理叶盛是业余龙舟高手,他这次也是领航员之一,他说:“我来自安吉,小河、溪流是我儿时玩耍的好去处。如今,浙江的水越来越清,水上运动越来越丰富。这次绿水青山大联动活动,就让我带大家游一游这绿色的黄金水道。希望浙江的水能成为联结各国的友谊之水,成为哺育大众的健康之水,成为滋润万家的富饶之水!”

围绕“杭州为主,全省共享”,除了杭州钱塘江主会场之外,当日,全省各地开展了以水为主题的迎亚运

主题活动,江河湖海共同联动,共同迎接杭州亚运会倒计时两周年。

今年是习近平总书记“绿水青山就是金山银山”理念提出十五周年,也是我省实现“五水共治”第一阶段目标之年,杭州亚组委以倒计时两周年系列活动为契机,不断深化“绿色、智能、节俭、文明”的办赛理念,联动杭外办赛城市,形成全省联动、同频共振的筹办宣传格局,推进“绿水青山守护行动”,让亚运之光、体育之美在浙江的大好河山绽放。

(通讯员 胡燕翔)

>>>更多内容详见2版

“浙”里是奥运冠军摇篮媒体开放日活动第二站来到省水上运动管理中心 如此偏僻之地却涌现出多名奥运冠军、世界冠军,里面的门道是什么—— 水上健儿“登陆”练体能,两个月要划两万五千里

本报记者 陆一帅 郦琪琛 周斌



省水上运动管理中心,偏安于千岛湖一隅,如此偏僻之地却涌现出多名奥运冠军、世界冠军,里面的门道是什么?

9月3日-4日,由省体育记者协会主办、体坛报执行承办的“浙”里是奥运冠军摇篮媒体开放日主

题活动第二站来到省水上运动管理中心——在为期两天的行程中,10余名中央驻浙、省级主流媒体的记者们做了一回水上运动的“探路人”。

5项体测齐上阵:
加练!加练!还是加练!

“疫情对游泳队影响较大,原本冬训期间需要出国或者前往高原训练,但现在只能封闭在这里。”

因浙江体育职业技术学院的游泳馆处于装修阶段,省游泳队兵分三路外训,名帅朱志根带的小组从春节后就一直待在千岛湖的基地里,这名老教头坦言遇到了不少困难。

事实上,客观因素的影响不是最大的,最大的难关是体能。目前,游泳队主攻3000米跑、30米跑、核心力量、纵跳和坐位体前屈这5项体能测试。难度最大的是哪一项?汪顺给出的答案是3000米跑和引体向上,

经过大半年的魔鬼式体能训练,他明显感到体能与核心力量的提升强化了专项能力。

两周之后的全国冠军赛是汪顺大半年以来的第一场正式比赛,他给自己定下了找回比赛状态的目标。面对延期的东京奥运会,他表示现在训练按部就班进行,之后的比赛就要一次比一次找到更好的竞技状态,争取把最佳表现留到奥运会上。

(下转3版)