

诗一首

骑行再冲石岩山

浙江知名网单车队队长 吕自训

年年骑冲石岩山，
为保体力两三遍，
如今老叟整七十，
带着兄妹再冲山。

道路坡陡要安全，
切莫逞强英雄显，
牌坊下面细交待，
老老实实拐上山。

兄妹六个先上山，
稍稍一骑说不来，
有的骑了就下来，
都说嘎陡不来赛。

最后我与侯兄来，
一前一后拐上山，
行进过半侯兄前，
我在其后不紧慢。

拐上鸳鸯树上边，
坡道更陡脚力健，
体力技术在此见，
不慎侯兄落地蹒。

我在后边高声喊，
打横快上再冲山，
骑冲二次不来赛，
决心一二再加三。

此时我已赶上前，
不紧不慢蹬上山，
最后一段破碎路，
竭尽到顶凉亭前。

起讫十七分时间，
中途不息没有蹒，
码表零点八公里，
拐着之字型上山。

紧接侯兄在面前，
不懈三回硬上山，
精神可嘉潜力在，
有待择时成功现。

老汉我已长期练，
老将出马仍当先，
兄妹陪伴到山巅，
湘湖一览收尽汗。

完成挑战欣慰添，
推车彳亍蹒下山，
一路轻松到南江，
郁金香为骑士艳。

春光无限是春天，
湘湖南江在萧山，
美美骑游玩一天，
有景又练人新鲜！

浙江省民俗体育精英赛专家团副主席 阎正
中国名家书画院名誉院长

书法作品



亚运测试 激情澎湃

中国新闻摄影学会副秘书长、中国体育摄影学会理事、
绍兴市摄影家协会主席 袁云



摄影作品



绍兴市体育记者协会理事长
冯建华

(图片拍摄于绍兴市奥体中心体育馆)