

上周热点

日前,温州3名马术小队队员入选国家青少年马术队,他们分别是17岁的李依桦、16岁的王羿皓和14岁的林芊汝。李依桦目前正在加紧训练准备参加本届全国青少年锦标赛。王羿皓今年还将参加全运会。

浙江新闻频道
4-20 14:10 来自 微博视频号

1782 阅读

【厉害了! #温州三名小骑手入选国家青少年队#】日前,中国马术协会公布了“2021年中国马术协会国家青少年马术队名单”,温州李依桦(17周岁 乐清)、王羿皓(16周岁 乐清)和林芊汝(14周岁 泰顺)三名青少年马术运动员入选。记者昨日联系上李依桦时,得知她现居杭州,目前她正加紧训练准备参加本届全国青少年锦标赛。王羿皓和林芊汝均来自温州凯易路马术俱乐部,王羿皓今年还将参加全运会。 [快点击温州APP的微博视频](#)

@王侃:英雄出少年,骑士精神从小培养。

@苦竹磊落:真是鲜衣怒马少年时,我羡慕不来,首先得先学会爬上马背。

@猪猪:期待他们取得更好的成绩!

近日,浙江农林大学在已有的野外生存训练《户外运动》课程基础上,升级增加了桨板、皮划艇、山地穿越、露营技能等内容,作为我国最早开设此课程的大学,受到了网友关注和好评。

都市快报
4-20 12:30 来自 微博视频号

4.8万 阅读

#杭州一大学开设野外生存课# 为提升学生野外生存能力,作为教育部首批开展“全国大学生野外生活生存训练”的七所试点高校之一,浙江农林大学从2002年开始,率先在国内高校中开设了野外生活生存训练《户外运动》课程。经过18年间的完善提升,现在的该校的《户外运动》,除了桨板或皮划艇项目外,还包括背包装填及上下肩技术、山地穿越、岩降、溜索接下降、户外绳结、野外保护站设置、特殊地段行进、搭索过涧、攀树、绳索技能、露营技能等。 [杭州一所大学开设野外生存课,砍柴生火岩降溜... 快点击都市快报的微博视频](#)

@h5t:真的很有必要开设这样的内容,关键时刻可以救命。

@峰峰:不用羡慕贝尔了,野外求生大学开课,学生们肯定很受用。

@会飞的鱼:体育运动不仅可以锻炼身体,对遇到危险和困难时刻很实用。

4月18日,36岁的北大全职妈妈陈为芬以2小时35分18秒夺得江苏淮安马拉松冠军,运动励志的故事让网友大呼“佩服”。

钱江晚报
4-20 13:20 来自 微博视频号

4.2万 阅读

【#36岁北大全职妈妈获马拉松冠军#：用马拉松精神打动女儿】4月18日,江苏淮安,陈为芬今年36岁,是两个孩子的全职妈妈,毕业于北京大学。她以2小时35分18秒的成绩夺得淮安马拉松冠军。陈为芬说,自己每天在女儿起床前就去跑步,这种自律也影响了女儿,要有马拉松精神,不管中间有多么困难,勇往直前。 [@沸点拍客 快点击沸点的微博视频](#)

@大力士:真的是乘风破浪的“妈妈”,有点感动,有点振奋。

@娟娟MM:向她学习,我同样身为一名母亲,已经多年不运动了,看了她之后,我有些汗颜,又深受鼓舞。

@乔丹的弟弟:坚持锻炼不仅身体好,意志品质更能不断焕发正能量。

我身边的朋友圈

约跑“网红”

4月17日,杭州钱塘区姑娘赵亚丽根据浙江展览馆展示的网红长跑路线,体验西湖玫瑰跑,这位曾参加无锡马拉松等比赛获得好成绩的路跑达人将继续体验更多网红长跑路线。

元气kiki
看《奔跑吧,钱塘江》地图,跑西湖玫瑰跑
地图来自才子摄影师江小跑所绘制,目前在浙江展览馆展览,有兴趣的朋友可以去看看,所示的跑步路线都有非常美的风景,可以约跑打卡了 [快点击元气kiki的微博视频](#)

瑜伽“比武”

近日,杭州瑜伽达人吴海英参加瑜伽交流大会,接触更高水平的瑜伽高手,通过瑜伽“比武”,在学习交流中进步。

英儿吴海英瑜伽阿姨
瑜伽大会上高手如云。但只要自己依然淡定坚持。不输给自己就行了。感恩一切的发生与最好的老师相遇。谢谢上海的一位老师给予我的辅导让我做到了我以为我不能做到的体式。

绿茵“青葱”

4月17日,杭州“等你上场”系列少年足球联赛落幕,作为看着足球小将一点点成长起来的足球青训教练大鹄充满感慨。

“等你上场”青少年足球联赛
HKSL U7 U8 U9 U10

大鹄
十二支队伍被九圈限制,经过两个月,48场比赛,“等你上场”青少年足球联赛(U9)圆满落幕,看着队伍们水平显著的成长和提升,深感欣慰,脚踏实地做事的感觉也是十分满足!