滑行、拔旗、旋转 城市运动点燃激情

通讯员 叶建丽 魏佳丽 本报记者 马碧茹

秋日,微风习习的山坡,奋力一跃,和蓝天白云来个拥抱;滑行、跳跃、旋转、翻腾,秀出灵活而酷炫的动作,完美落地后继续滑行……如今,在浙江各地,城市运动的潮流澎湃而来,正掀起一股运动新风。

陆冲:街头扭扭乐“出圈”

10月23日,在杭州丝芙陆冲公园,陆冲达人们正在进行一场趣味活动。据公园主理人崔昊介绍,玩“陆冲”时需要用到陆地冲浪板,这是一种更适合平地滑行的滑板,其显著特征是前轮与板底的连接处(前桥)并非固定,而是可灵活转动。

滑友娜娜说:“陆地冲浪板不仅容易上手,而且没有太多危险动作,是一个受众面很广的运动。我接触陆地冲浪大概半年左右,陆地冲浪和滑雪最大的区别就是方便,下班后找个场地就能滑,非雪季的时可以代替滑雪。”

崔昊表示,参加这项运动能认识更多志同道合的朋友。此外,陆地冲浪板不像球类运动,一定要凑够人数或到特定场地才能玩,也比跑步、游泳等运动有更多趣味性。

滑翔:换个角度看世界

日前,海宁大尖山滑翔伞运动基地来了不少滑翔伞体验者。滑翔伞俱乐部负责人徐建治介绍,该基地建于2015年12月,是浙北唯一一个滑翔飞行中心。

说起对滑翔伞“上瘾”,他认为是机缘巧合。“我是偶然在手机上看到当地媒体发的一段滑翔视频,觉得特别有意思,就去找到了视频里那个人‘拜师’。”当时海宁玩滑翔伞的人还不多,是人们口中的“小众运动”,徐建治成了“先行者”。“原来是会飞的、有装备的,约好了才能一起飞。如今,只要你想飞,没基础也可以。”随着滑翔基地的开放,越来越多的人慕名而来,滑翔不再受时间、空间的限制。

徐建治的学员中,年龄最小的学员只有12岁,“因为年纪小,心理素质和身体素质我怕不过关,当时其实不太想收她。”但接触下来,轩轩有运动基础,悟性也高,就尝试带着她练习,最终达成了她在空中飞翔的心愿。

腰旗橄榄球:和“橄榄”撞一下

近年来,各类新兴体育运动逐渐兴起,在永康有一项小众体育竞技项目走进了年轻人的视野,它就是腰旗橄榄球。上周末晚上7点,一群年轻人相聚在小漓江旁的足球场上,分成两队,抱着橄榄球快速奔跑,传球、拔旗、进攻、防守,一场“腰旗橄榄球”比赛在你追我赶中进行。

爱好者邓志朋洋说:“我们是8月开始玩的,当时看见别人在玩,就想参与一下,然后发现这确实是一项非常有趣的运动。”

皮卡皮腰旗橄榄球俱乐部发起人应超介绍,俱乐部是今年7月成立的,现在群里成员有200多人,包括老师、健身教练、一些在企业上班的人员。这项运动有一个很好的社交性,男生女生可以一起玩。第二个它的身体对抗性不强,不容易受伤,并且它有很多的跑动、传球,还有一些策略。比如说要假传球,吸引别人的注意力,就是体力和脑力的对抗。

应超表示,这项运动强度不是特别大,很多人都能上手,哪怕是零基础的人,也能轻松学会,并很快就能体会其中的乐趣。

汪杨坚:运动激活乡村文化礼堂

“你看,这里是我们村的百姓健身房,跑步机、卧推器、台球桌等健身器材都是新添置的,不仅能满足村民的健身需求,还能让文化礼堂更好地利用起来。”日前,汪杨坚一边开启跑步机,一边介绍。

汪杨坚是宁波市朗霞街道天华村党委书记,也是该村文化礼堂负责人。在她带领下,该村文化礼堂被评为宁波市四星级文化礼堂。“2011年我们村对天华娱乐广场进行重建,利用建成的舞台和北侧的广场合围成一个建筑面积约2600平方米的圆形演播大厅;2012年,又投入200多万元新建了后进祠堂;2020年,我们把文化礼堂安置在村委会西侧的旅游文化大楼二楼。”说起村文化礼堂的变迁史,汪杨坚如数家珍。

为更好地展示天华村文化礼堂的内涵,汪杨坚成了名副其实的参与者、策划者、指挥者。近年来,她一直在思考与探索关于文化礼堂如何使用好、管理好、运行好,实现“大门常开、活动常态、内容常新、队伍常驻、群众常来”等问题。今年9月,该村在文化礼堂内开设了百姓健身房,注入了更多的体育元素,发挥文化礼堂能够动起来的功能。不但进一步拓展了文化礼堂的内涵,而且也满足与实现了村民在家门口健身的需求。

“每当夜幕降临,我们村文化礼堂健身房内都热闹非凡,有打乒乓球,有在跑步机上挥汗如雨。”汪杨坚高兴地说,“下一步,我们准备努力打造成具有较强示范引领作用的高品质乡村文化礼堂。”

(通讯员 赵 静)

展武艺

为进一步营造全民健身的浓厚氛围,日前,嵊州市武术协会举行武术展示系列活动。活动现场,兰之园太极队身穿统一服装,在柔和的背景音乐中舒缓起步,一招一式,刚柔并济。

通讯员 张 益

定向运动成温州时尚运动符号

一张地图、一个指北针,在一片完全陌生的环境,靠良好体力,加上聪明头脑,突破重重障碍,寻找秘密安置的“宝藏”。日前,温州市定向运动协会开展了一次城市定向活动,吸引了不少人参与。

温州市定向运动协会秘书长陈军介绍,协会每个月都会组织一两次定向比赛,地点多在公园、校园或景区,小型比赛每次都能吸引200多名会员参赛。“从穿越温州的大街小巷,到探寻角角落落的奇闻轶事、文化古迹,到感受历史与现代的冲撞、民生与文明的融合,再到沿途尽情展示团队的风采——温州之美尽收眼底。”陈军说,城市定向早已超越单纯的体育运动,不知不觉地成为了温州时尚运动符号,深受老百姓的喜爱和追捧。

“今年,定向已正式列入教育部新课标,在体育与健康、地理、数学等课程标准中都有明确提到各学科与定向的融合实践、创新发展,这也让定向迎来发展的春天。”据了解,陈军2000年接触定向运动,在他看来,定向运动好比“国际象棋+跑步”,比赛场地就像是一个大棋盘,而比赛选手就是棋盘上移动的棋子,这就是一项把脑力和体力以及意志力结合得最好的运动。

近年来,温州定向运动协会一直致力于在温州推广定向运动,打造定向者的“朋友圈”。同时,结合城市旅游、城市文化、人文历史、传统节日等文旅元素作为参赛者的定向元素,力求将“体育+文化+旅游”进行综合相融,打造更适合全龄段参与的文旅轻运动模式,契合“体育推动文旅”发展的创新形式。

(通讯员 徐家琪)