

行万里健康路 赏千年运河韵 绍兴慢跑节,跑友齐“刷”环城河

12月18日早晨,绍兴市第七届环城河慢跑节正式启动,绍兴跑友相约在美丽的环城河边,从越城区治水广场出发,朝西经偏门、迎恩门、经过昌安立交桥,再经鉴水苑、稽山公园后回到起点治水广场。体验日新月异的城市美景,实实在在享受体育带来的红利。

据悉,周长12.5公里的环城河健身步道目前已经全线贯通,优美的风景使环城河步道成为市民休闲健身的理想场所,也成为绍兴保护利用水资源和生态环境的一个成功典型。为使跑友有不一样的跑步体验,主办方现场专门设置保护运河文化的宣传专版

和普及亚运知识的竞答环节,并通过图片直播的形式扩大线上宣传传播。柯桥区颶风长跑俱乐部负责人何贤中说:“全民健身从我做起,体育社团更要带头科学健身,营造全民健身氛围。”

因热爱而坚持,近年来几乎天天跑步健身,并多次参加绍兴环城河慢跑节的资深跑友金松伟认为,这场迎新慢跑很特别,传承保护大运河文化,迎新年迎亚运提振信心,意义非凡,所以,他特地用脚步“刷”一圈环城河步道。“举办活动不易,一定要来支持参与一下,用自己的实际行动引领更多身边人加入全民健身的行列。”金松伟说。

据了解,大运河绍兴段的浙东古运河共有4个点段已经被列为世界遗产,即大运河绍兴段河道本体环城河、八字桥、八字桥历史街区和古纤道等运河文化遗存,成为大运河绍兴段最珍贵的闪光点和最具文化价值。这些流动的水文化历史,充分彰显了历史文化名城绍兴“因运河而生、因运河而繁荣”的文化内涵。绍兴市体育局副局长袁剑才表示,绍兴环城河慢跑节自2014年启动,到今年已经举行过六届。经过多年的培育,环城河慢跑节已经成为绍兴全民健身的品牌项目之一。“希望通过体育的力量来进一步宣传大运河文化,用实际行动共同倡导运动健身,用体



育+文化载体更进一步促进全民健身理念。”

(通讯员 郑培庚 冯建华 冯华斌 陶浩然)

比智力 拼体力



12月19日,“奔跑吧,少年!”2022年浙江省青少年定向锦标赛在宁波奉化圆满收官。来自全省各地市、区(县、市)定向运动协会,青少年宫及相关学校、定向俱乐部等单位的36支队伍360余名运动员同场竞技,共享定向这项运动带来的快乐和激情。

通讯员 周力

赏雾凇 看美景 600余名越野爱好者 “飞跃”金华山

本报讯 12月18日,2022第七届金华山之颠·百公里越野挑战赛在金华双龙风景旅游区游客中心鸣枪开赛,来自各地600余名越野爱好者参赛。此次赛事分60公里全程组、40公里挑战组、20公里毅行组和5公里体验组4个组别。

选手们从游客中心出发,沿途经过智者寺、双龙水电站、双龙溪峡谷、双龙洞、鹿女湖、小西湖、露营基地、大盘尖、金兰古道垭口等金华山标志性景点,最终到达终点游客中心。这条漫长赛道风景旖旎,景点密布,选手们可以在这个赛道上充分领略,当下金华山的雾凇和优美的自然人文风光。

赛道长,也意味着赛程时间跨度长。为保障大赛,全程组选手全程携带GPS定位系统,由专业技术人员对参加选手定位实施跟踪监测,若9分钟内无行进轨迹体现,立即电话沟通,并通知就近赛段巡查人员及节点指引保障人员前往现场查看。同时,在赛道沿途安排39名蓝天救援队进行应急医疗救援服务,41名保安员负责沿线8个打卡、补给点位的安全保障。

“在奔跑中,尽情地拥抱金华山,妙意自然来,感受金华山独具特色的冬日风情。”金华双龙风景旅游区党工委委员田存飞表示,金华山历史文化灿烂悠久,景点众多,地形复杂多变,森林覆盖率达80%以上,是开展户外运动和红色教育的绝佳胜地。随着金华山全域旅游品质的不断提升,本次赛事将会给大家更为极致的参赛体验。

(通讯员 林佳妮)

海宁足球队队长30多年的球缘 何冰:“足球一直是我的最爱!”



在海宁足球界,有一位世界杯铁粉,三十多年前就观战世界杯,他就是海宁足球队队长何冰。一说到足球,何冰立刻充满了激情,侃侃而谈。

何冰从念初中时就开始踢足球了。“那时候看高年级的同学经常在足球场上奔跑,每天都开心的样子。”因为同级没有同学踢足球,何冰就鼓起勇气,向学长们提出想要加入足球队,没想到学长们十分欢迎,还耐心地教他足球的规则。

说到世界杯,何冰印象最深的是1998年的那一届。他记得

有一家酒吧的老板也是球迷,特地在酒吧装饰了足球元素,召集了许多球迷在酒吧观看比赛。“那场英国对阿根廷的比赛,真的非常精彩。”

除了比赛,让何冰印象深刻的还有另一个原因。那一年,他作为海宁市足球队的队长,参加了浙江省城市联赛。“比赛前一天,有一名队员正好结婚。等他婚礼一结束,我们当天晚上就赶到了临海。那时候对足球真的十分热爱。”在这场比赛中,海宁夺得了浙江省第四名的好成绩。

1999年,海宁市足球队的五个主力队员一起创立了九九足球俱乐部,何冰就是其中之一。在之后的许多省级、市级比赛中,俱乐部都取得了优异的成

绩,为海宁的足球水平提高做出了贡献。随着年龄的增长,何冰又成立了协泰老弟兄队。2019年,协泰老弟兄俱乐部收到了来自北京老男孩俱乐部足球队的邀请,一行人集体自费前往北京“应战”。比赛是在国家奥林匹克体育中心的足球场进行,其中还有前国足成员李红军和退役的北京国安球员李洪政。说起北京的这场友谊赛,何冰感慨万分。“这也算是圆了我的‘足球梦’了。”这场友谊赛上,两群“大叔”耗尽所能相互较劲,致敬了足球,也致敬了每一位心怀足球梦想并且一直不离不弃的人。

何冰表示,他永远会热爱足球。“只要身体允许,我会一直坚持下去。”

(通讯员 吕湘宇)