

>>>杭州

登高、投壶、舞狮，桐庐体旅融合庆新春

本报记者 申屠品君

大年初一，富春江畔的严子陵钓台人头攒动。连日的阴雨给江面笼罩了一层朦胧的雾气，游客们撑着伞走在山路上，为这幅山水画平添了一抹别样的画风。

“严子陵钓台我们几乎每年都来，一是风景好，另一个就是新年登高，图个好兆头。”游客方云华表示，新年登高是他们的“传统项目”，今年虽然天公不作美，但并不影响他们的心情。“新年登顶，好运绵长，还能锻炼身体，何乐而不为？”

据严子陵钓台景区相关负责人

介绍，今年景区组织了“新年登顶”活动，成功登顶还有机会领取景区准备的礼品。“希望通过这样的方式，让大家在春节期间走出家门，多多参加体育活动，享受自然风光的同时，也能强身健体。”

严子陵钓台登高火热，大奇山的投壶游戏也热火朝天，游客站在一定的距离外，往竹筒中投掷竹箭，5支竹箭投中3支及以上就能领取一份礼品。“我原以为这个游戏很简单，没想到只投进了2支竹箭，还差一点没能拿到礼品，好可惜。”张青青略带遭

憾地说，“待会还要再挑战一次，一定可以投中3支！”

瑶琳仙境的传统舞狮表演同样吸引了众多游客的驻足。据桐庐县文化旅游投资集团有限公司营销负责人陈琛介绍，桐庐县内各景点的春节活动已经连续开展了十余年，且每年的活动都会有所不同，让游客走出家门，走近自然的同时，也能收获不一样的新鲜感。“通过体旅融合的方式组织活动，既丰富景区的内容，也能提升游客的体验感，让大家在山水间感受运动之乐。”

>>>宁波

运动过节成年俗 体育基因焕活力

2月4日，中国第一位国际奥委会委员王正廷的故乡——宁波市奉化区西坞街道的税务场村火炬广场热闹非凡，人们在这里举行舞龙、腰鼓等文体活动，庆祝即将在当天晚上举行的北京冬奥会开幕。

“今天是个特殊的日子，我带着学生们过来，既是迎接北京冬奥会开幕，同时也是纪念‘中国奥运之父’王正廷先生诞辰140周年。”舞龙队的领队王基明表示。从小在税务场村长大的他是舞龙项目的国际级裁判，也是浙江省龙狮运动协会的秘书长。多年来一直从事舞龙运动的他，曾经率一支奉化的舞龙队在2012年伦敦奥运会举行之际前往英国巡演，受到当地华人华侨及外国使节的热

烈欢迎。目前，奉化西坞街道在马术运动、舞龙运动、毽球运动、篮球运动等方面有较好的发展。

此前，在大年初一时，奉化区第15届“迎新春”气排球友谊赛打得热火朝天。据悉，奉化从1998年开始引进气排球，先从老年人开始，到如今中青年都在打气排球。奉化区“迎新春”气排球友谊赛从2009年开始，每年正月初一举办，已成为当地的一项深受群众喜爱的民间赛事。来自奉化城区锦屏街道、岳林街道各社区的90余名气排球爱好者参赛，比赛没有裁判，自愿组队，各队自己记分，最后也不记名次，比赛结束每人可以领一包小礼品。值得一提的是本次友谊赛年龄最大的王小平老人已经

72岁了，然而在赛场上他依然身手矫健，不时来个扣杀或者跳跃拦网，把对面的年轻人打得晕头转向。

(通讯员 周 力)



>>>温州

世界冠军教你玩转花式跳绳

运动促健康，幸福小康年。连续两年举行“名家线上云教学”和“冠军请你一起云动”活动后，温州鹿城区旅游和体育事业发展中心今年推出了以“我亮一招，你学一式”为主要内容的“云动汇”，邀请体育冠军、运动达人担任空中社体指导员，和你过一个健康快乐年，首期便邀请了世界花样跳绳冠军

李嘉淳。

世界花样跳绳冠军、全国高级跳绳教练员、跳绳国家一级裁判员、中国跳绳国家队队员，跆拳道国家二级运动员员……李嘉淳练习跳绳已经有十多年了。这个春节他带来了一套简单易学的花样跳绳入门法。相比单一的传统跳绳，花样跳绳动作复杂，变化多端，身

体协调能力要求更高。值得一提的是，跳绳每小时消耗热量约1000卡路里，并且使人心律维持在慢跑大致相同的水平。

李嘉淳提醒，春节期间少不吃了喝聚会。而健康的身体是靠大家保持运动习惯养成的，跳绳就是一个非常理想的选择。

(通讯员 王怀亮)

>>>湖州

德清下渚湖上演“雪车赛”

2月5日，德清下渚湖的孩子们，在家门口比起了“雪车赛”，共赴一场冬奥之约。

随着教练一声令下，小选手们俩俩组队轮番上场，每人“一辆雪车”，顺着蜿蜒的冰道滑行而下，颇有几分奥运赛场上运动员们的精气神。虽说这“雪车”

只是用塑料滑板制成的简陋了些，但丝毫不影响孩子们比赛的劲头，欢呼声、加油声此起彼伏。

德清下渚湖街道在春节期间为孩子们举办这样的活动赛事，也是希望通过这样的方式，更加拉近孩子们与冬奥会的距离，让孩子们在家门口也能体验到冬奥会带来的运动乐趣。下渚湖街道

社会事务管理办公室相关人员表示，当冬奥会遇上中国春节，浓浓的年味遇上浓浓的体育精神，可以让孩子们从这个活动中去体会团结、友善、拼搏、向上的体育精神，期望能点燃全民的奥运激情，一起为北京冬奥会加油，为中国冰雪运动加油。

(通讯员 张 佳)

体坛报

2022年2月7日 星期一

体坛报

2022年2月7日 星期一

编辑/版式: 洪漩 E-mail:ttb0571@163.com

>>>衢州

一起向未来 快闪庆冬奥

歌舞快闪形式欢庆北京冬奥会的举行。

时尚动感的舞姿、热情昂扬的风貌……该市广场舞协会会员展示出爱心、邀请、滑雪等动作，为冬奥会上最真挚的祝福和“一起向未来”的美好憧憬。

市广场舞协会会员纷纷表示，我国是世界上唯一的双奥之城，这充分彰显了我们祖国地位日益突出和实力越来越强

大。“如今我们欢聚一堂，不仅是欢庆冬奥会的举行，也以自己的方式助力中国体育事业的发展。”

活动现场，轮滑爱好者李梓涵也忍不住感叹：“冬奥会开幕式很震撼，我觉得作为一名青年人，要不断地学习，长大后为祖国发展贡献自己的一份力量，令我们祖国更繁荣强大。”

(通讯员 杜 骋)



2月5日下午，北京冬奥会主题宣传曲《一起向未来》在衢州柯城区双港街道西港运动公园上空响起。衢州市广场舞协会的会员、轮滑少年等60余名体育爱好者自发组织了一场“一起向未来”的快闪活动，以



>>>舟山

体验陆地冰壶

2月3日，2022年“迎冬奥 庆新春”舟山市青少年陆地冰壶邀请赛在舟山市体育中心(舟山市全民健身中心)举行，20多名青少年选手参赛。为该市青少年提供了了解、参与冬奥运动项目的机会。

通讯员 郭福莱 廖华琼



>>>台州

虎虎生威

新春佳节之际，台州玉环的体育老师叶海辉特地创编推出《老虎舞》，并发起“全民挑战学习新年老虎舞”的活动。“虎年跳虎舞，给你虎虎的健康，虎虎的快乐，虎虎的心情，虎虎的幸福！”

通讯员 郑 巴

>>>丽水

“泳”者无畏惧 戏水贺新年

这个春节假期，当大多数人裹着羽绒服走亲访友，丽水有那么一群人，不畏严寒，跳进冰水中畅泳。他们就是丽水的冬泳爱好者。

2月2日，丽水城区最低温度低至2~5摄氏度，水里温度只有9.9摄氏度，丽水市冬泳协会的会员们相约在五里亭水库冬泳。“我们每天都会来游泳，就算

过年期间也没有中断过，冬泳已成了生活中的一部分。”现场冬泳爱好者蒋朝霞说，在水下游10几分钟，能够清爽一整天，她已经坚持冬泳40年了。

“我们在冬泳前，会做一些热身运动，让全身发热，达到更适合游泳的状态。”蒋朝霞说，同时冬泳的时间严格控制时长，不宜游太久，要做好防护措施，在身上绑

个跟屁虫什么的，确保安全。冬泳爱好者们介绍，冬泳不但能增强身体对冷的适应能力，还能提高自身的免疫力。队员郑旭勇说：“今年恰逢北京举办冬奥会，我们想以冬泳方式，庆新年、迎冬奥，让更多人喜欢上冬泳，了解冬季运动，让更多人参与进来。”

(通讯员 肖立武)

春节假期，守护健康不『打烊』