打卡台州诗意绿道 来一场派对跑

本报记者 陈素琴

悠悠永宁源、依依葭沚情、浩浩泾浦水……近年来,台州市椒江区高闸浦经过实施河道拓宽、沿河截污、生态护岸、绿化景观等配套工程建设,如今已是焕然一新,展露芳容,为沿线居民打造一个良好的居住环境。上周末,台州市椒江区路跑协会在这里举办了一场派对跑活动。

据台州市椒江区路跑协会协会会长王于翔介绍,协会经过6年发展,目前有成员323人。协会最大跑友66岁,最小19岁。其中“80后”占56%。本次活动是台州疫情后的首场。据悉,前段时间受疫情影响,大家都是通过线上约跑。各自完成跑步后,在群内打卡。星期一到星期五,协会成员会保持运动接力,每周末,协会都会选择一个场地相约线下跑,比如环枫山绿道,沿枫山脚环绕一圈,途经解放一江山岛战役纪念馆、老粮坊文创园、老年公园,是目前椒江区已建成的唯一一条闭环的环山绿道。还有海门河绿道,采用水上栈道和驳岸外挑的形式建设。途经解放一江山岛战役纪念馆、老粮坊文创园、凤凰山庄,形成一条美丽实用、休闲健身、有文化特色的沿河绿道……

队员孙琳娥说:“从2015年开始,我们夫妻就开始通过跑步健身,目前已参加过五次马拉松。”孙琳娥说,如今椒江这边全民健身氛围非常好,拿这次活动点高闸浦两岸绿地来说,它有陆地慢行系统,绿带中还建立步行和自行车的慢行系统,与城市慢行交通网络有机结合,形成完整的绿道系统。来这里可以骑行、跑步,开展各类健身休闲活动。

山在城中,江穿城过,绿道环山顺水、沿城连景,让每一个椒江人可以随时迈开脚步在绿道中奔跑。秘书长杨力介绍,目前,2022年椒江区路跑协会积极响应推动全民健身,共组织大大小小活动20多场。“就在4月10日,我们刚结束了第二届百日百马活动。”杨力说,百日百马是由100位协会成员通过自愿报名的方式接龙,保证每一天有一位成员完成一场21.0975公里的跑步接力。一百天,一百人,一百场半程马拉松。期间,协会会安排1人以上陪跑员,全程跟跑,保证安全。后勤1人以上负责能量补给。“每场跑步活动我们也会安排后期保障。他们由跑友自发组成,同时通过企业、个人提供相关物资帮助。”接下去,在疫情防控条件允许下,协会将会开展更多的活动,助力全民健身发展。

水上童乐

4月25日,在建德市乾潭中心幼儿园水上拓展嬉水池中,孩子们在自制的环保水轮车、独轮车等项目的奔跑玩乐。今年以来,该园结合地域资源优势,在园区内建起水上拓展项目的嬉水池,让孩子们在体验水上玩乐中增长技能,健康成长。

通讯员 宁文武

接地气,健身心! 还邀请了奥运冠军来助力……

“我们的村运会”在宁波272个乡村相继开赛

本报讯 乒乓球、拔河、跳绳、篮球……日前,一场场趣味十足的乡村运动会在宁波市272个农村文化礼堂广场上相继开赛。值得一提的是,运动会还邀请了奥运冠军汪顺录制召集视频。

慈溪市是本次运动会的首站,启动仪式在白沙路街道轻纺村文化礼堂(文化广场)进行。启动仪式上,火炬手高举木棍制成的火炬,奔跑进入赛场,火炬依次传递,最终来到由柴火堆叠起来的点火台前,火炬在农村土灶上采集火种后,传递历经多个点位,从首批建成投用的文化礼堂代表龙山镇西门外村,到最后一批建成投用的文化礼堂代表周巷镇万安庄村,再到慈溪的“金名片”上林湖越窑遗址公园以及明月湖,一路展现了慈溪的农村文化礼堂建设成果和共富共美现代化新慈溪的风貌。

据悉,火炬手则跨越多个年龄段,涵盖多种身份,特别是最后一棒火炬手,是宗汉街道联兴村党总支书记、第二届省“最美文化礼堂人”陈建平以及育才小学杨舒昕,老带小传承,助力共富的美好愿景。

比赛现场更是热火朝天。除了乒乓球等常规体育项目,还有不少“土味十足”的环节。一根扁担挑起装满时令毛笋的箩筐,高高举过头顶,展示力量与丰收;沙包用来投进垃圾分类箱,比准度,也宣传垃圾分类……“这样的运动会以前没参加过,很有趣!”村民龚先生说。

接下来,宁波全市各文化礼堂将陆续开出赛场,通过趣味与竞技并存、传统与科技并行的方式,丰富全市群众体育生活,打造农村文化礼堂精神高地。

(通讯员 张雯雯 马安娜 王烨江)

杭州这个社区乒乓球队“藏龙卧虎”

本报记者 洪 漩

一场普通的小区邻里赛,便能招来上百号乒乓球友,甚至还有世界冠军来“热场”……4月26日,这样的场景出现在杭州春江花月小区里。

据悉,春江银球会成立于2018年,原本只是20余位热心球友自发成立的约球组织。没曾想,一场社区内部的邻里赛招募,却撬动了整个社区的乒乓球运动活力。首届春江花月“幸福里”业主乒乓球联谊赛吸引了近百位球友的参与。平日里,分布在小区内的乒乓球桌多达十几台,无论什么时间,总能看到球友忙着为热爱“乒”搏。

“部分乒乓球室在地下室,全天候开放,只要想运动随时可以来。”作为球队秘书长的俞吉卿说,同时,他像个“星探”一般发掘社区的运动爱好者。“有一次,我在小区观察到一个年轻女性在教孩子打球,我一看架势不一般,心想她应该练过。”交谈后,对方的回答令俞吉卿大吃一惊——“我曾是国家队的,我叫常晨晨。”当晚,“2013年广州世界杯女子团体赛冠军队员之一的常晨晨住在我们小区”的消息不胫而走。而后,常晨晨变成了银球会的“技术指导”。有了“冠军加持”,让球队再添“含金量”。

如今,银球会成了球友们公认的“家”,球友们不仅众筹、捐赠了不少装备,还有自己设计的logo、“战袍”。同时,邻里间互相带动起的运动热情更得到了业委会和物业的关注和支持。俞吉卿介绍,春江银球会以社区的乒乓球队为组织框架,输送梯队选手,整合区域资源的紫阳代表队,常在上城区老年乒乓球比赛中脱颖而出,成为区域地标最强队。“我们不仅有会长、副会长、秘书长、裁判长、总教练,还有会计、财务……大家分工明确,每到年底,都会进行年终总结。”球友缪维红不仅是球友,还兼职裁判员一职。她告诉记者,队员们重视每一次外出比赛机会,甚至还会“竞争上岗”。缪维红说:“只有在‘测试赛’选拔中脱颖而出,才有机会成为代表出战。”