

本版撰稿 本报记者 陆一帅 华雨晨

留住乡愁 释放活力 建德用体育扮靓小城之美

初秋时节,天气宜人,清晨6点多的新安江边人头攒动。沿江边步道而下,三五市民或晨跑,或骑行,或早操,远看群山蜿蜒,近听流水潺潺,建德人的一天在蓬勃的运动气氛中拉开帷幕。

绿道遍布 体验17℃新安江的运动之美

晨曦微露,建德市民悠悠散步来到家附近的新安江边,在崭新的沿江绿道上,以晨跑的方式开始她的一天。悠悠脚下的这条城区绿道,东至洋溪大桥,西到紫金大桥,全长20.3公里,每个晴朗的清晨、傍晚,市民们三三两两,运动其间,移步换景,好不热闹。

人在画中走,心在景中游。一边是水墨画卷般的新安江,一边是现代都市风光,目光所及,步履所到,处处是景,片片是绿。建德市民是有福气的。“有了这条绿步道,我每天早上都来跑一跑,享受家门口的17度运动乐趣!”市民叶女士如此点赞。在她眼中,一条绿道将运动休闲、山水风光串联,一路走来神清气爽,幸福指数自然“节节高”。

绿道进城,也进村。目前,建德全域共建绿步道285公里,其中,区域级207.6公里,主城区20余公里,以及社区级77.4公里。江河湖边、乡村田间,绿道设施遍地开花,长廊、凉亭、水景、球

场错落其间,拥江、枕山、漫田、探古,不仅时刻感受17度新安江的运动之美,绿道沿线的文化景观,也成了百姓休闲游乐的好去处。“有了绿道,不打麻将改跑步”在建德农村蔚然成风。

运动小镇 从“板、刀、布”到“划、骑、跑”

乾潭镇,常住人口4.5万,面积386平方公里,是我省面积最大的乡镇。山高水阔,青山路远。曾经,居民沿山水而居,以山水为生;如今,镇里立足山水运动,做足山水文章,这只蝙蝠正朝着“运动乾潭”的目标越飞越高。“乾潭镇原来素有‘一块板(三合板)’‘一把刀(螺丝刀)’‘一块布(家纺业)’之称,如今‘板、刀、布’变成了‘划、骑、跑’。”据乾潭镇副镇长陈浩介绍,转型后的乾潭镇形成自行车越野、漂流、皮划艇、攀岩、徒步、溶洞探险等运动项目,成了长三角地区首屈一指的运动休闲旅游目的地。风生水起运动俱乐部都是乾潭镇运动生态链中的一环。

一业兴,百业兴。如何扩大运动山水影响力,打造乡村体育品牌?成了乾潭镇的一大课题,近年来的一场场体育赛事为此提供了契机。千人登乌龙山大会、之江杯国际皮划艇赛、环浙自行车赛、bpbp山地速降赛、垂钓大赛等赛事为乾潭赛出了人气、比出了

名气,更为当地百姓增加了福气和财气。风生水起民宿负责人邵永平是见证者:“比赛一来,嫌房太少,比赛不来,房间小满,如今村民们的腰包鼓不鼓,就看乾潭体育比赛多不多。”

小城故事 “体育+”带来无限活力

城里城外,遍地运动。体育为建德及周边乡镇带来的改变显而易见。丰富的自然资源和生态禀赋是建德发展体育产业的独特优势,“体

育+旅游”“体育+文化”“体育+教育”等融合发展实践为建德带来无限活力。绿步道、篮球场、羽毛球场、乒乓球桌等体育设施正成为建德城区以及乡村建设的标配,积极参与体育活动正成为建德市民的新时尚,不仅提升了建德的精神风貌,也提高了社会的文明程度。

近年来,建德大力发展航空、水上、山上等特色运动项目,开展航模赛事、夏日冬泳、山水毅行、生态骑行等多项万人品牌性体育活动,对经济社会发展成果产生了积极的推动作用。



下包村无中生有体育水陆“硬菜”

今年夏天,建德乾潭镇下包村村民王柏富多了一笔额外收入。7月初,他在自家门口摆了个小摊子,卖泳衣、零食、救生圈,短短两个月就挣了一万多。在农村开小超市很常见,为何王柏富的小摊子“一枝独秀”?

“全靠我家门口新开的那片天然泳池!”老王口中的泳池,正是下包胥源天然泳池。借助胥溪天然的水环境,下包村委会在河道里新修龙鳞坝、阶梯坝,以及大型泳池,让这里成为了嬉水爱好者的“快乐星球”。

下包村位于乾潭镇北,是个移民村。胥溪流经,碧练如带。中等食材如何做出一道上等好菜?下包村委会“盯上了”体育,所谓经营体育,实现多赢。这八字真经,下包村可算念得明白。

自己动手,丰衣足食。泳池建设前期,村委会定下“三自”原则,即自筹资金(乡贤)、自主设计(村委会)、自我维护(党员干部、热心村民),两条堤坝将溪水隔为三段,水上乐园、7000平米大型泳池、嬉水乐园,总面积超20000平米。从此,下包村多了一个聚宝盆。

其实,天然泳池并不是下包村做的第一道“体育菜”,离天然泳池仅数百米远的勇峰自行车公园才是村里

的“硬菜”。

说来也巧,自行车公园也是一个“无中生有”的项目。公园创始人陈建军时任下包村党支部书记,“村民种卖茶叶、外出打工,总不是办法”。几经考量,一个相当于93个足球场大小的山地车公园于2015年开工建设。“经营体育,这步棋走对了!”陈建军为当年的决定庆幸。

赛道建成,赛事接踵而至。村民发现,村里的城里人多起来了,还时常碰上不少金发碧眼的老外。英国人阿什旅居中国20年,不仅是个中国通,还是个自行车发烧友,更是勇峰自行车公园最早的体验者。每次骑完,阿什都会发网络视频。“最近骑车没激情,一到勇峰,我的激情又回来!”视频中,阿什骑行在自行车公园中,实地点赞打Call。

如今,勇峰自行车公园联合捷安特、迪卡侬等运动品牌,组织各类速降赛、积分赛、山地车联赛,骑行豪杰齐聚下包村,小村子成了他们的大乐园。“乡村振兴一定要有产业,体旅结合可以带动乡村经济。”陈建军表示,要争取承办更多大型赛事、发展山地车运动培训,人流、物流、信息流,一个都不能少,让下包村动起来、富起来!

600枚金牌陪伴“跆拳道”上少年成长

刚刚过去的暑期,建德市博凯跆拳道俱乐部再次凯旋。一辆大巴,满载着三十多个孩子,前往江山市参加全省跆拳道精英挑战赛,回来时挂满了46枚金牌,竞技团体第一、品势团体第一、团体总分第一,孩子们甬提有多开心了。

建德与跆拳道运动源远流长。中国跆拳道运动奠基人之一的韩国平就是从这里走出去的。2007年,熊丽琴开办道馆,就是受韩国平教练的影响。“跆拳道不仅是一项运动,而且还是礼仪教育,在孩子的成长过程中,能获得极其宝贵的品质。”

为让更多孩子了解跆拳道、习练跆拳道,熊丽琴与教练一起一次次敲开学校的大门。组织开展公益培训、开设跆拳道兴趣课,目前已经超过10所学校与博凯跆拳道开展合作。15年来,有的孩子进来了,也有的孩子学成出去,形成良好的循环。李响、李靓姐妹俩就是赓续接力的典范。姐姐李响是在读研究生,暑期在道馆当兼职教练。13年前,还是小姑娘时就参加了跆拳道训练,那时妹妹都还没出

生。出生后,从小就跟着姐姐到道馆玩,耳濡目染,现在已是特训班学员。

记者了解到,目前跆拳道馆常年的训练人数,一般保持500人左右。尤其是“双减”后,报名参加的积极性更加高涨。8月,俱乐部迎来15周岁“生日”,以一场精彩的晋级考试作为庆典仪式,这也是学员训练成果的一次大检阅。白、黄、绿、蓝、红、黑,代表着跆拳道级别的腰带颜色。每晋升一个级别都要付出很大努力。这也是对自己练习成果的证明。截至目前,博凯跆拳道俱乐部的黑带学员就有100多位。

熊丽琴有一本“荣誉簿”,她特别珍惜。15年来,博凯俱乐部获得的各类奖牌总数超过1500枚,其中金牌就有近600枚。学练跆拳道,早已不只是全民健身、强身健体,更是一种荣誉、一种激励,还是青少年一条新的前进之路——杭州市注册运动员累计达到300多人,其中输送给杭州市及以上的运动员30多人,包括国家队队员胡馨予,还有十余人考上体育高等院校。