

衢州这群不老骑士勇敢“追”梦



七彩人生

近日,在衢州柯城区礼贤桥下的江滨公园里,20多辆轻便摩托车陆陆续续到达,在此汇合。停好车,摘下头盔,露出一张张年迈却意气风发的脸。“今天去江西婺源篁岭,要去的跟上。”随着队长王水土的一声吆喝,一辆辆摩托车陆续启动,一队十人一路驰骋而去。

摩托是一群人的快乐

只要是晴天,衢州“中老年摩友骑行群”的群友们都会在此汇合,商量好目的地后一起出发。一辆辆摩托车穿街过巷,翻山越岭,或为寻找秀丽风景,或为一口乡野美食。“我们全衢州跑遍了,浙闽赣三省也都去过。”77岁的许杨家依表示,上个月,他们一队12人骑着摩托车去到了江西上饶的望仙谷景区,沿途又去了怀玉山,“骑过去花了4个多小时,来回450多公里。”

类似这样的行程是他们的日常,而安排路线、组织人员的责任就落到了队长王水土身上。王水土今年73岁,2014年,他曾骑着摩托车走过川藏线,去到了拉萨。“我退休之后原本打算骑自行车去拉萨,体能训练了一段时间,发现自己跟不上,所以就买了一辆摩托车,帮助我完成梦想。”十多年的“骑士”生涯,王水土积累下了不少经验,“我只是比较熟悉周边的

路线,带着大家出去玩玩,也不算正式的队长。”王水土笑着说。

在这支队伍中,年纪最大的是81岁的罗永刚,他1985年就考出了摩托车驾照,至今换了五六辆摩托车。在衢龙公路刚开通时,他与朋友们就曾一起驰骋马路,感受速度与激情。如今激情褪去,可他依然喜欢骑行。“跟老朋友们出来玩玩,比待在家里好多了。”罗永刚说,他和队伍中的许多摩友都是几十年的好朋友,大家因为喜欢骑行不约而同就聚在了一起,“有爱好就心情好,身体也就好了。”

“老年人骑行,最重要的就是安全,不求速度。我会要求大家把护具带上,必须遵守交通规则,速度尽量放慢一些。我们遇到好的景色就停下来喝茶、聊聊天,悠悠哉哉。”王水土说。

摩旅是一个人的洒脱

除了王水土之外,这个老年骑行队中的许多人都曾有过独自一人骑

行游历祖国的经历。

今年79岁的章嘉玉,在今年的10月也完成了5500多公里骑行。一个人,一辆车,跨越了江西、湖北、重庆、四川、贵州、湖南、广西7个省、市、自治区的30多个城市。章嘉玉表示,这是自己多年前就有的梦想,现在年纪越来越大了,再不去走走就没机会了。

“大部分时候是开心的,惊险的时候也有。”回顾24天的行程,章嘉玉说,他曾在湖北施恩的山路上滑倒,摩托车把右腿压得动弹不得,在地上躺了十多分钟,幸亏有摩托车路过,好心的车主将他扶起。“山路很陡,弯又急,最难走的地方只能开15码左右。”

一路上,他一人晓行夜宿,以自己的速度掌控着前行的节奏。唯一不落下的是每晚向“中老年摩友骑行群”报个平安。对于自己多年的摩旅生涯,章嘉玉笑着说:“做自己喜欢的事,兜兜风,看看风景,年纪大了就要开心。”

(通讯员 徐佩)



活动室

在趣味运动会上乐享银龄

近日,嘉兴桐乡市崇福镇2023年度老年体协趣味运动会在镇文体中心举行,比赛设置了夹弹珠、传声筒、小保龄球、丢手榴弹等趣味项目。

活动中,参赛选手们兴致高昂、全神贯注,相互配合、各显身手,既锻炼了手、脑、腿的协调能力,又强健了身体,愉悦了心情,还展示了老年人的无限活力和风采。“比赛项目都十分有趣,在好玩的游戏里就能得到锻炼,十分有意义。希望今后能有更多类似的活动,让老年人享受到更多快乐和关爱。”参与比赛的刘阿姨说道。在小保龄球比赛中,年近70的吴大爷一投一个准,用小球将竖起的瓶子悉数击倒,刘大爷也收获了周边群众的一致掌声。

据悉,本次活动是“迎亚运·崇这里·运启航”崇福镇第六届全民健身运动会的最后一场赛事活动,不仅展现了老年人的无限活力和健康积极的生活态度,还充分激发了辖区老年人的运动热情,丰富了老人群体的业余体育文化生活,让他们体验趣味运动带来的快乐。

(通讯员 吕兆元)



短消息

@富阳:

本报讯 近日,杭州市富阳区“我爱杭州、奉献亚运”老年健身气功交流比赛在区老年健身中心举行,比赛吸引了11个站点30支队伍共140多名高手及裁判员参加。参赛队员身着各具特色的练功服,整齐有序,精神抖擞。

(通讯员 鲍学红)

@浦江:

本报讯 近日,浦江县体育总会在县体育馆举办了一场中老年嗒嗒球比赛活动,来自浦江县中、东部乡镇街道的8个代表队组织了男女选手参赛。

(通讯员 冷雪霏)

@江山:

本报讯 近日,2023江山市老年人气排球交流活动举行。活动由各街道、社区、行业系统老年体协组队参加,分男子组、女子组共12支队伍参加。

(通讯员 毛武俊)



“飞”出快乐

近日,台州市直老年人趣味运动会活动在黄岩区两岸三度营地举办,活动设置扔飞盘、投壶、夹乒乓球、冰壶等趣味项目。活动中,老年朋友们兴致高昂,通过一项项趣味运动锻炼身体的同时,也收获了欢乐。

通讯员 裴丽娜

温州老干部木球队:小众运动带来忘我快乐

本报记者 陈素琴

近日,温州市老干部木球队67岁队员郑安弟在省老年人运动会上夺得冠军,这是温州首次在省级比赛中获得木球项目的冠军。

温州木球初期是由几个爱好者利用公园边角场地开始发展起来,早在2016年,由会长黄忠鹤等木球爱好者自筹资金,报名参加了“金棒杯”浙江省第二届木球锦标赛。同年,温州木球俱乐部成立。这之后,木球队先后参加了“三体会”木球赛、省第三届木球锦标赛等赛事。在今年参加的省第八届老年人运动会木球赛中,队员郑安弟荣获男子个人第一名。温州市老干部木球队领队陈依凡表

示,在温州老体协的支持下,每年都有举行温州木球比赛,并组队参加省木球锦标、交流赛、邀请赛等。

陈依凡介绍,温州老干部木球队隶属温州市老干部活动中心,现有队员22人,全部是退休老同志,年龄都在五六十岁。队伍配置球杆、球门、球道线和木球,常年坚持组织活动。大家因为共同的兴趣爱好相聚在绿茵场上挥杆击球,在交流中提高球技,在运动中享受快乐。

说起木球带来了什么?队员们纷纷感叹是返老还童的感觉。“木球运动上手快,人人都会玩,大家一起玩非常有趣。”郑安弟说,大家的脚步

跟着木球,沿着赛前布置的球道不停地向前,挥杆、调杆、攻门、球进门的喜悦,几乎忘记了疲劳。“遇到下雨我们也不停歇,犹如年少时在雨中踢球,湿透了衣服和鞋袜,但心里还是美滋滋的。”

作为一项小众运动,当下木球正在被更多人喜爱。在温州,目前打木球的有一两百人,多数是老年人,而且很多是平时打门球队老年人兼项。“温州的木球运动虽起步较晚,但很多人都在慢慢爱上这项运动。”陈依凡说,木球对场地要求不高,各种场地都可以就地开玩,“希望能开辟更多场地,开放更多公园发展木球运动。”