全国近千名选手来杭体验“垂直竞速”

本报记者 陆英健

6月18日,尽管雨幕厚重,但杭州来福士广场上却热力四射。近千名选手在60层1647级台阶的杭州来福士中心2号塔楼下跟随着颇具动感的音乐专心热身,蓄势待发。他们从全国各地赶来参与一场“垂直竞速”——2023杭州高塔竞速赛鸣枪开跑。从0米地面到250米的终点,选手们在在耸峙云霄的高塔楼层间穿梭,上演一场阶梯上的竞速。赛事设男子组、女子组及家庭组三个组别。省体育局副局长胡国平、羽毛球世界冠军王琳到场助阵。

作为世界高塔竞速协会认证赛事,比赛自然不乏圈内精英和知名选手。来自马来西亚、现高塔竞速世界排名第一的运动员Soh Wai Ching以8分21秒的成绩轻松夺冠。首次来到杭州参赛的他称赞杭州风景之余,也惊叹杭州的运动氛围浓厚,在下着雨的周末清晨依然有如此数量的人群参与运动。相比之下,女子组第二名的外籍选手Christy Kalksma对杭州已经不陌生了,此前她就在此参赛并拿下过前二的成绩。“回来了!”她用中文表达着兴奋的心情。频频亮相国内各种垂直竞速赛事的她是场上的明星运动员,选手们纷纷与她聊天、合影。

比赛当天也是父亲节,这也让家庭组的比赛充满温馨的氛围。百组父子、父女大手牵小手,用双脚谱写成长历程中的温情片段,这样的画面无不令在场的人动容。8岁的胡天悦正是和爸爸胡建一同来参赛的。“我平时比较安静,喜欢下棋,今天陪爸爸来玩,祝他父亲节快乐!”她笑着告诉记者,自己和爸爸感情很好,最喜欢和爸爸一起过周末。虽然名次不靠前,但依旧很开心。听着女儿的话,胡建的脸上洋溢着幸福的笑容,这样的温情时刻也让活动多了几分乐趣。

自高塔竞速在杭州落地以来,这一新兴运动正逐渐成为健康生活方式的动力引擎,“身边楼梯即赛道”的楼宇健身全新运动场景也正在形成,并逐渐成为了平路马拉松的有益补充和都市白领的日常调剂。在比赛现场,记者还看见了一个熟悉的身影——西湖跑团团长罗剑城。“这次才第16名,有点不甘心。”跑马多年,罗剑城的足迹遍布全国,并不断刷新个人PB。于是他开始尝试垂直竞速赛。“亚运会越来越近了,我也跑得越来越勤了,看着运动氛围越来越浓、城市越来越美,作为一个新杭州人自豪感很强。”

风筝板爱好者在岱山“征战”风与浪

本报讯 6月16日,2023年第三届中国风筝板巡回赛岱山站开幕式在岱山县鹿栏晴沙海滩举行。赛事汇聚了20支代表队的百余名专业运动员和风筝板爱好者,共同征战风与浪的殿堂,展现中国风筝板运动的独特魅力。

本次比赛设风筝双向板大众组,风筝水翼板大众组、专业组,风翼板公开组,分男女子个人场地赛,完赛选手可获得中国风筝板巡回赛2023年积分。

近年来,岱山县积极实施体育强县战略,大力推进“海洋运动休闲岛”建设,通过举办岱山海岬半程马拉松、沙滩高尔夫、全国运动风筝锦标赛、全国海岛户外挑战赛、浙江省海洋运动会等各类海洋体育赛事,放大岱山省级运动休闲基地效应,助推海岛文旅体融合发展,努力把岱山建设成滨海休闲和海岛运动的理想胜地,打造成浙江知名的海岛公园,不断提升岱山吸引力,扩大岱山美誉度。

开幕式上,浙江省水上运动管理中心向岱山县颁授浙江省风筝帆板训练基地牌匾,宣告该基地正式落户岱山县。

(通讯员 郑元丹 邱巧燕)

国家瑜伽日“伽人”共赴盛宴

本报记者 潘笑坤

本报讯 6月18日,“迎亚运盛会,展伽人风采”2023省健身瑜伽千人挑战赛在金华市施光南音乐广场举行。经过全省15个县(市区)分站赛千余人海选后,最终350人进入总决赛。

本次比赛的动作是拜日式,做一遍全套动作需要2分钟多,而“伽人”挑战的是108遍,总用时近3个小时。比赛分预赛54遍,复赛28遍,决赛26遍。看似舒缓优雅的慢动作,想要全部做完却是一项极大的挑战,选手们不仅要尽可能地多做次数,而且每一遍动作要做到规范标准。

最终,来自金华的吴彬铖获得第一名。今年26岁的吴彬铖经营一家瑜伽馆,目前会员有120多人。作为一名男性瑜伽爱好者,吴彬铖8年前选择练习瑜伽是因为当时他存在运动损伤。经过多年的坚持练习,如今缓解不少。“这次天气确实复杂多变,对我们是很大的挑战。看到仍有21名选手坚持到最后,我想这就是瑜伽精神的体现吧。”

“我们打破常规比赛中的规定动作、自选动作,只选取拜日式这套动作,目的是展现瑜伽爱好者的坚持精神。”省健身瑜伽协会副会长王秋瑾表示,瑜伽运动大约有180种动作,体式并不难,可贵的是每天坚持锻炼。据统计,全省瑜伽馆有近5000家,其中金华地区数量全省前两位,有586家,参与人群9万多人。6月21日是国际瑜伽日,本次比赛也是普及瑜伽运动。“瑜伽运动老少皆宜,男女不限,参与人群逐步扩大。在广场上比赛,让选手们的姿态直接面向大众,同时也是很好的普及。希望更多人参与进来,参与全民健身。”

『爸气』来袭

每年六月的第三个星期日,是专属于父亲们的节日。6月17日,绍兴柯桥区钱清永通幼儿园开展了一场“‘爸气’来袭,精彩‘篮’不住”亲子篮球赛。 通讯员 王 者

宁波镇海以小蹦床推动大健康

“双腿放松,先轻轻地、自然地在小蹦床上跳动。”日前,国家蹦床队原总教练孙培利将小蹦床运动带进了宁波镇海区龙赛医疗集团龙赛院区。在康复中心,他细心地引导医务人员体验小蹦床,感受蹦床运动的魅力。

当天,孙培利以蹦床运动如何融入康复、体能、人体机能的恢复为主题,为龙赛医院康复中心医务人员及区业余蹦床运动技巧学校、区蹦床协会相关人员讲解了镇海蹦床的历史以及如何通过蹦床运动,助力康复病人科学恢复。他还在小蹦床上亲身示范,指导医护人员们逐个锻炼。其间,医务人员们跳上小蹦床进行体验。“小腿酸酸的,脚离开地面时,感觉很舒服!”康复科医务人员王路是第一次体验小蹦床,带给她全新的感受。

将蹦床运动和复健训练结合,让病人们加快恢复身体机能,享受到专业运动员的康复训练。“运动康复是助力病人身体康复的重要手段,希望通过小蹦床,给康复期的病人增加一些趣味,让他们能够得到更好的康复效果。”孙培利将当天用作训练的小蹦床赠予龙赛医院,接下来,他将定期到镇海为康复病人进行专业指导,并面向全区开展蹦床运动讲座。 (通讯员 王 方 章圆圆)