8分22秒登顶60层!

健身爱好者挑战“通往天空之路”

本报记者 潘笑坤

一层攀登到60层,台阶总数1647级,需要多少时间?在11月17日举行的2024杭州高塔竞速赛上,有人给出了答案。来自马来西亚的华裔选手苏为庆以8分22秒第一个爬上60层的停机坪,再次蝉联冠军。

本次高塔竞速赛在来福士广场2号楼举行,从1层到60层的垂直高度为250米。来自全国各地及海外多个国家和地区的800余名选手参与其中,选手年龄跨度从4岁到75岁。赛事设男子组、女子组及家庭组三个组别。

记者现场发现,绝大多数的选手是路跑爱好者,他们平时大多是在平路上奔跑。IT工程师杨雷经常参加一些马拉松比赛,这次他特意从上海赶到杭州参加比赛:“上海的比赛没有抢到名额,我知道杭州也有这类比赛,很幸运能来参加。”杨雷告诉记者,这是他第一次参加高塔竞速比赛,期望值他并没有设太高,能够完赛并且体验这种赛事是他这次参赛目标。

杭州本地人来锡山今年75岁了,这已经是他第四次参加高塔竞速赛,“我最好的一次成绩是24分爬完。”来锡山告诉记者,他是一名路跑爱好者,每天打卡10公里。自己家并没有电梯,每次上下楼都是走楼梯,并且每周还安排两次爬山。这样的日常锻炼量,来锡山在众多年轻选手中不但不怵,而且非常享受,“从平路竞速到垂直竞速,更有难度更加刺激。来年还想参加。”来锡山表示。

为避免楼道拥堵,比赛时选手们间隔10秒依次出发。相较于平坦路面,爬楼梯时选手的临界点来得更快,越往上越觉得体力不支。“我在第50层的时候就感觉快支撑不住了,但是有工作人员的加油,让我重新燃起斗志。”第一次参加这类赛事的李伟赛后告诉记者,最终他自己计时用了17分钟。他也是一名马拉松爱好者,家里的墙上已经挂了二三十枚奖牌,这一次他的荣誉墙上又新增了一枚垂直马拉松奖牌。

作为一项国际流行的健身运动,高塔竞速赛(又称垂直马拉松)自2013年引入中国后,已成为马拉松及路跑体系的重要组成部分。杭州高塔竞速赛是一项由世界高塔竞速协会认证的赛事,自2020年引入后,逐渐成为国内爱好者熟知,成为登高爱好者展示自我、挑战极限的平台。

足下生风

11月16日,第三届杭州滨江互联网小镇杯足球赛开幕。共有20支队伍参赛,涵盖了互联网、科技、金融等多个领域的头部企业,总人数共计300余人。

本报记者 华雨晨

全国“舞王”齐聚奉化点燃青春

本报记者 高玲玲

11月17日,初冬的奉化阴雨绵绵,与“湿冷”的天气形成鲜明对比的是宁波奉化体育中心体育馆的“火热”,这里正在进行2024年中国街舞联赛(宁波站)的比赛。

走进体育馆大门,震耳欲聋的动感音乐“扑面而来”,馆内正中位置设置的方形舞蹈聚集众人目光,来自全国各地51支队伍的410名街舞健儿同台竞技。

与其他体育项目竞赛时的紧张氛围不同,街舞比赛现场是开心而随性的,即将参赛的选手们席地而坐,正在参赛的选手则伴随着音乐节奏慢慢“扭”到舞台中央,和着节拍的个性动作俏皮可爱,精彩的托马斯回旋,单手倒立旋转等高难度动作则引来场边队员和看台上观众的欢呼。

舞台四周是运动员休息区域,有的队员坐在地上休息,有的有复习着将要进行比赛的动作,记者见到了街舞名将亓祥宇,代表江苏队出战,刚刚多次“彩排”上场动作的他不停地用毛巾擦汗,俨然一个“很强,但依然很努力”的代表。“对名次没有特殊要求,全力以赴就可以了。”亓祥宇笑着说,这是他第二次来到奉化参加比赛,清新湿润的空气让他印象深刻,“感觉呼吸很顺畅”。

中国街舞联赛是国家体育总局社体中心和中国体育舞蹈联合会认证的官方赛事,宁波站比赛还是明年粤港澳全运会的资格赛,所以吸引了国内最顶尖的选手参赛。除了亓祥宇外,还有巴黎奥运会霹雳舞铜牌、杭州亚运会霹雳舞冠军获得者刘清漪以及杭州亚运会霹雳舞第四名曾莹莹。

这些“名将”的表现不仅为现场观众带来了震撼的视听享受,也潜移默化地影响着一众“后起之秀”:在观众席上,7个小男孩一字排开,在座位上跟随着音乐扭动着身体,激动时还会在座位间的空道上舞上几个动作,像模像样,其中就有来自杭州的四年级小朋友刘嘉青,他是奔着自己的偶像曾莹莹而来。现场看到曾莹莹的身影后,他难掩激动心情:“我很欣赏做任何一件事情都要有着死磕到底的精神。”

因兼具体育的爆发力和舞蹈的艺术性,街舞项目近年来受到大众关注。赛事举办地奉化作为全省首批体育现代化区,近年来致力于将街舞打造为城市文化新名片。本土品牌“王者之战”国际街舞挑战赛,已举办10届,是省内规模最大、全国顶尖,具有国际影响力的赛事。

在建德 感受17℃润肺跑

本报记者 毛佳琦

周日清晨,天光微亮,建德市博物馆门口就热闹了起来,作为2024建德马拉松的起点,12000名跑者将在这里集合出发,虽然天公不美,淅淅沥沥的江南雨时下时停,但是建德这一份独有的清润的空气。让许多外地跑者都赞叹不已。“17℃润肺跑,果真名不虚传,这还没开始跑,就觉得肺部清爽许多。”来自广东的跑者陈伯兴说。

陈伯兴跑马2年,今年偶然看到了建马的宣传,对新安江独有的风景十分感兴趣的他立马就报了名。“我计划参加完建德马拉松之后,在建德游览一下,好好领略一下江南的风景。虽然今天有点毛毛雨,但让我感觉更有诗意,是我想象中的江南。”

早上7:30随着发令枪响,12000跑者分为全马、半马、欢乐跑三个组别,跑进了建德“山色空蒙雨亦奇”山水之间。在跑者出发后,本次马拉松的公益宣传大使,全国劳动模范孔祥东和游泳世界冠军邵依雯也在场边为跑者们加油鼓劲,并温馨地提醒跑友,小心地面湿滑,希望大家可以平安完赛。

上午10点左右,来自山东的小伙马猛,以2小时24分50的成绩夺得男子全马冠军。“上有天堂,下有苏杭,果然名不虚传。沿途的风景实在是太漂亮了。”马猛表示,虽然下雨有点影响成绩,但能夺得这枚冠军奖牌,还是十分激动,希望未来还能再次参加建德马拉松。

建德文化和广电旅游体育局党组成员、副局长顾伟梁说:“今年的建德马拉松对赛道进行了调整,将更多山水风光融入赛程。”