

上央视的“90后”老板还是个篮球少年

本报记者 陈素琴

如今在餐饮行业里,活跃着许多敢想敢为的青春身影,悉心经营着自己的小事业,也怀抱着大梦想。

一方案板、一个烤炉,店面不大、生意却不小。大字先森梅干菜扣肉饼这家店铺每天能卖四五百张烧饼,在杭州已经有了7家店,在全国开了38家。店主“90后”徐宇宁上大学时就开始创业,毕业后,他怀着开创特色餐饮品牌的理想,开始了大半年的“游学”。在丽水学缙云烧饼,去衢州学衢州烧饼,还到了皖南学黄山烧饼……2020年秋天,大字先森梅干菜扣肉饼在杭州的第一家烧饼铺开张了。这个三角形的小铺子,第一年营业额就过了一百万。3月3日,徐宇宁和他的大字先森梅干菜扣肉饼铺一起登上了央视《朝闻天下》栏目。很多人不

知道的是,他也是一位不折不扣的篮球少年。

“虽然接触篮球比较晚,上高中才开始打篮球,但后来慢慢发现自己在篮球上还蛮有天赋的,比如很快就能学会一个新动作,弹跳能力比较出色,大四的时候我可以完成扣篮了。”徐宇宁说,毕业之后,他一直从事餐饮行业。做烧饼的期间,经常在陈登星的DK球馆打球,“我有想过加入他们,但烧饼店一直比较忙,自己的品牌知名度也慢慢起来了,所以这个篮球梦也一直没实现。”

虽然平时工作很忙,有时候晚上都要在工厂测试新品,但他平时唯一的兴趣爱好就是打篮球,不管多忙,都会抽出时间打篮球。“亚运会期间小区旁边新建了两个篮球场,那边的球友也比较多,大家本不相识,但因为篮球,成了朋

友。”徐宇宁说,虽然工作性质的原因,但是可以实现想什么时候打就什么时候打。在他看来,篮球给他带来了许多益处。“打篮球能让我忘掉所有的压力,一场酣畅淋漓的球能让整个人身心都得到释放,更好地投入工作了。”

在这些年中,给他印象最深刻的就是有一次打球防守的时候,他的手肘撞到对方的面部破皮了,但对方却不要徐宇宁承担责任。“他说我是正常防守,没有恶意动作,医药费他都坚持自己付,后面我俩还成了非常好的朋友,这件事对我印象很深刻。”徐宇宁说,篮球给他的改变非常多,看起来要比同龄人年轻很多,基本看得出来我已经34岁了。此外,在工作压力大的时候,篮球是他唯一释放压力的方式。同时,因为篮球结交了很多朋友,这是



一笔宝贵的财富。

“我希望我们的门店能开到大江南北,走在大街小巷,能闻到我们饼的香味。”在创业路上,徐宇宁想做品牌,传承上千年民间特色小吃,同时,对于热爱篮球,他也会一直坚持。



划出“彩虹”

3月3日,湖州市太湖健康城十周年庆典暨彩虹跑启动仪式在南太湖体育公园开场。来自全市的跑步爱好者、篮球爱好者以及水上运动爱好者500余人参赛。
通讯员 周志斌 陈明春

湖州健身房掀起小众运动热潮

后亚运时代,全民健身热潮依旧涌动。日前,湖州不少健身俱乐部蹭着电影《热辣滚烫》的热度,在线上推出了同款体验套餐,价格从9.9元到数百元不等。部分健身俱乐部的工作人员表示,拳击运动在湖城属于小众运动项目,作为健身房的延伸课程,以往客户都是“老带新”居多。

在一家搏击工作室,见到了刚刚参加完拳击课程的陈女士。作为一名刚生完孩子的女性,她平时工作繁忙,很少有时间锻炼身体。然而,在看完电影后深受启发,“拳击不仅能锻炼身体,还能培养意志品质,我决定报班开始学习拳击,锻炼自己的身心”。

“我看电影里打拳很帅,特别有新鲜感,就去健身工作室报了一节私教体验课,费用是69元/次,一节课的时长在1小时左右,发现不是很适合自己,就没再去。”市民余女士认为,拳击的花销、时间成本都不小,不如选择更适合女性的运动项目。对此,MTC锐动综合运动馆负责人张女士说:“拳击是一项全身性的运动,出拳很考验人的爆发力,运动量大,训练的过程也很枯燥,对技术性要求很高,新人必须有专业的拳击教练带,而且需要系统、完整的学习过程,也要有足够的耐心和毅力坚持下去。”

当下,湖州健身房掀起小众运动热潮,更多人愿意走出家门,参与到体育运动中来,也促进了全民健身事业的发展。

(通讯员 郑靖雯)

(通讯员 张钰苑)

桐庐生仙里跑山赛跑进“雪山”

3月3日,伴随着2024桐庐·合村生仙里跑山赛的发令枪声,百余名选手一头扎进山野中,向山顶雪场进发。当115号参赛者王小灯“翻山越岭”到达海拔900多米的滑雪场后,他奋力冲过终点线,清脆的铃铛声随之响起。这意味着,他以1小时32分52秒夺得本次比赛的男子组冠军。“沿途的风光太美了,峡谷、瀑布、竹林,在这样的景色下跑完全程,身心舒畅。”来自浙江义乌的王小灯说。

竞赛的旅程始于绿道,春日和风裹挟着青草气息穿过山谷,与参赛者们撞了个满怀。选手们一边享受着在平缓赛段上奔跑的舒适感,一面饱览涧水幽幽、山霭空蒙之景。再向前,又见飞瀑倾泻、泉石激荡,愈感惬意。一路上,不少游客与村民纷纷驻足,为参赛者们加油呐喊。

经过一段石阶后,在眼前展现的是一段泥路,竹林夹道,落叶翻飞,枝头香雪凝翠,有残梅在侧,格外清幽。随着越来越多的跑者踏足山径,美景、野趣与速度、激情在此融为了一体。

据了解,本次生仙里跑山赛赛道全长16公里,爬升1143米,下降560米,途经雅鲁激流探险风景区、山逢露营等地,以生仙里国际滑雪场为终点。

接近终点时,来自绍兴的参赛者张全祎有些脱力,但看到不远处被冰雪装点的山川,内心再次鼓足了干劲。最终,她以1小时49分44秒的成绩摘得女子组桂冠。“这是我第一次来到南方的滑雪场,真让人眼前一亮,我已经迫不及待地想去试滑了。”张全祎兴奋地说。“有些赛段比较陡峭,但这也是越野的魅力所在。每个赛段的路口都有救援队和志

愿者在等待,跑起来很有安全感。”张全祎说,“一路上有未融化的积雪、飘落的竹叶,感觉就像电视剧中的场景,特别漂亮!”

贵州选手王小灯用时1小时32分52秒,夺得男子组冠军。“有一段爬升比较累,不过还好坚持下来了。一路风景宜人,我跑得很开心。”目前他长住义乌,这次特地赶来参赛,也来体验一下滑雪。

“我们年前就开始规划生仙里跑山赛,希望以本次赛事为契机,借助滑雪热度,进一步发挥文旅项目吸引力。”合村乡党委副书记、乡长张权表示,下一步,合村乡将锚定省级运动休闲乡镇创建目标,集中力量加快运动休闲产品迭代,有序推进运动休闲核心品牌项目培育,促进体旅深度融合,进一步夯实共同富裕基础。