工作中是“警营私教”，生活里当“健康使者”

赵海峰：全民健身“益”起来

在杭州滨江的白马湖畔，几乎每个周末都能看到一群运动身影，领头的正是滨江长河街道长、杭州地铁公安分局特警大队铁豹突击队队员赵海峰。他定期在那儿开展公益课，指导附近居民科学健身。

说起赵海峰，不论是同事还是周围邻居，都交口称赞。工作中，他发挥专长助力“铁豹突击队”训练；业余时，他为社区居民进行公益授课。赵海峰深知健康的身体是生活工作的基础，一直以来，他都想把珍爱生命、健康运动的理念像种子一样洒进每个人的心底。

赵海峰十余年前曾在武警机动特战部队待过，去年入职杭州市公安局地铁公安分局后，他很快凭借过硬的身体素质和丰富的健身知识储备在特警大队崭露头角，随后被选入“铁豹突击队”。

“铁豹突击队”主要负责地铁站内的巡逻、执勤以及应急处突工作。赵海峰意识到，如果每位队员都能以最强体魄、最优状态守护地铁平安，就能应对一切可能的突发状况，因此队员们必须具备良好的体能，需要一定的耐力、爆发力。

除日常执勤任务外，赵海峰会为队员进行高强度的体能训练。他结合每一位队员的身体素质情况，从心肺耐力、力量爆发、柔韧敏捷度等多个方面因材施教、科学施训，辅助民警开展“铁豹突击队”日常训练，为警务工作提供坚实的体质保障，“警营私教”的美名也就此传开。

而在工作之余，赵海峰的休闲时光也总和体育相伴。连续10年参加杭州马拉松，连续9年横渡钱塘江，连续7年参加“斯巴达勇士杭州赛”……运动仿佛已经成为他日常生活的底色。

坚持体育锻炼的习惯不仅给赵海峰带来了健康，也影响了周围的朋友甚至邻居。“好动”的赵海峰甚至在业余时间发挥特长，为社区居民进行公益授课。不少人也受他影响，一个个通过运动“脱胎换骨”。在外企工作的朱女士就是在赵海峰的鼓励下，从一开始“挣扎不想运动”到现在“一天不练就难受”，朱女士明显感觉自己的身体机能有了很大的提升，“精神状态也是乐观积极向上的，觉得再难也能熬过去。”

（通讯员 夏 莹）

第一名奖一头猪！嘉兴“村运”土味足

赶小猪、挑扁担、抬年猪、水果连连看……昔日常见的农活如今摇身变成充满浓郁乡村气息的运动项目。8月25日，嘉兴市农村文化礼堂“我们的村运”趣味运动会在海盐县望海街道新街社区举办，来自全市各县（市区）的8支代表队，171名运动员参赛，共设6个团体项目。

竞技都有成败，但趣味在这场运动会中表现得淋漓尽致。这边，扛年猪的彪形大汉们只管团结一心，撒丫子快跑；另一边，拿着蒲扇扇气球猪的选手们，只能使巧劲，一着急小猪可能就要“飞上风口”；在水果连连看的环节，可就得考验队员的默契了……“实在是太好玩了！”来自嘉善县姚庄镇代表队队员沈佳开心地说，“每个项目都很有趣，而且让我们变得更加团结，拿了一等奖！”

“我在这些趣味项目中看到了以前干农活儿的影子。”海宁市海洲街道代表队队员许张锋今年52岁，年轻时也常干农活儿，后来创业开店，但还是经常参加这类农民运动会，“现在生活好了，体力劳动少了，运动会也提醒我多多锻炼身体。”

“这场活动让我深受启发，很多比赛项目也可以加入我们的团建活动里。”34岁的王辉在海盐县望海街道百合美农场从事团建活动策划工作，“这些年的美丽乡村建设，环境变得越来越好，而且乡村旅游市场前景很大。”

值得一提的是，本次运动会一等奖的奖品是一头膳博士黑猪。望海街道是养猪大镇，如今依托全国首个以猪为主题的文化博览园，打造“田野牧歌·农耕线”美丽乡村精品线。

（通讯员 周丽丽 邬彦宁）

为泥痴狂

8月24日-25日，2024年中国滩涂户外运动挑战赛在宁波象山蟹钳港共富样板区·新桥镇举行。来自全国各地的800位参赛者齐聚一堂，沉浸式地感受了浓厚的海洋滩涂风情和“赶海”的乐趣。

通讯员 徐 能

磐安“村VA”引来国际队打擂斗“气”

8月24日晚，磐安“村VA”在文溪河畔火热开赛。现场观众中英文切换加油模式，氛围感十足。原来，参赛队伍中有一支来自阿富汗、俄罗斯等地选手组成的国际联队——爱跃俱乐部。他们与磐安奕川、磐安侨联、温岭海风等队伍同台竞技、比武切磋，这是磐安“村VA”首次开展国际联赛。

“我们是慕名而来。”爱跃队领队李宏宾，毫不掩饰自己内心的喜悦，“磐安村VA的名气太响了，我们想亲身体验一下。”“磐安太棒了，我很喜欢这里。”赛后，在义乌的留学生巴比龙频频竖起大拇指。”

据统计，目前已有超80支全国各地的队伍报名参赛，赛程已排到10月。主办“村VA”的磐安县气排球协会会长戴军民说，单磐安县内就有数千气排球爱好者，还有来自阿富汗、俄罗斯、澳大利亚的国际友人和队伍报名参赛。

此外，村VA从室内赛场转移到县城核心商业街区，把三四天结束的循环赛改成每周末的擂台赛，各个乡镇（街道）每周轮流搭台，举办“乡镇之夜”，将赛场演变成一个“大型文旅体农跨界传播现场”，现场展示推介各自的旅游、文化、美食、农特产等资源。截至目前，磐安“村VA”累计6万多人次现场观赛，相关话题网上浏览量达1000多万人次。

（通讯员 吴顽强 杨萤萍 金惠菊）

把足球赛“踢”成演唱会

香港明星足球队温州“开波”

黄日华、何家劲、关礼杰等一众明星踢足球是什么场景？8月25日，香港明星足球队浙江行温州友谊赛在温州体育中心“开波”（在粤语中，“开波”指的是裁判员鸣哨，标志着球赛正式开始），由谭咏麟、黄日华领衔的香港明星足球队对阵东道主温州足球联队，为现场球迷粉丝奉上一场“体育+音乐+文旅”盛宴，勾起全场民众“回忆杀”。

据了解，香港明星足球队于1985年组建，由一批热爱足球运动的歌影视人及足球运动员组成。而温州足球联队既有来自各行各业的足球爱好者，也有参加浙超联赛温州队主力队员代表和特邀人员等。最终，香港明星足球队以3:1获胜。

当身穿25号球衣的港星队队长谭咏麟再次捧起优胜奖杯时，让人们回想起25年前1999年8月1日，港星队首次来到温州，彼时彼刻恰如此时此刻。谭咏麟表示，时隔25年，他参与的两次温州足球竞技，都较高水准完成了比赛。

现场还呈现了一系列丰富多彩的文艺演出，“足球赛+演唱会”形式的观赛体验让现场观众直呼过瘾。《铁血丹心》《世间始终你好》《新鸳鸯蝴蝶梦》……由“郭大侠”黄日华、“展昭”何家劲等带来的一连串耳熟能详的经典曲目，勾起了在场观众的美好回忆，为整个赛事增添了一份怀旧与温馨的气息。

一位特意从杭州赶来的李女士表示：“这是我第一次来到温州，这里的体育馆比我去过的其它场馆更大一些，设施也更为专业。”李女士说，赛事中增加了新的互动元素，对她来说是一次全新的体验。

后亚运时代，鹿城紧紧围绕体育强区建设，加码公共场馆建设，丰富体育活动体系，着力构建“体育+”发展格局。本次友谊赛不仅为鹿城区的体育事业注入了新的活力。

（通讯员 林如意 苏巧将）