

山水“狂欢” 永嘉持续释放运动多巴胺

刚过去的五一假期,永嘉体育活动热潮涌动,不少市民在山水间感受文化脉动,在极限挑战中释放多巴胺……这为推动全民健身和乡村旅游发展注入了新的活力。

假期一起去追“球”

5月3日-5日,2025温州楠溪江业余网球赛在沙头镇下浮林村楠方网球场火热开赛,共吸引全省122名网球爱好者参赛。本次赛事设有青年男双、中年男双和女子双打三个组别。

赛事创新“体育+旅游”模式,选手们在比赛之余还能欣赏楠溪

江的秀丽风光,为当地乡村振兴增添新动力。来自湖州的参赛选手张真说:“有这么一个展示自我、切磋技艺的平台。让我感受到了浓厚的竞技氛围和网球运动的魅力。”张真说,比赛之余还和家人一起领略了永嘉的自然风光,吃了当地小吃。

“蜘蛛侠”套餐已送达

与此同时,飞拉达攀岩和滑翔伞运动在五一假期同样热度飙升,成为户外爱好者的新宠,不少游客选择用这种刺激的方式拥抱自然,体验“空中漫步”的快感。大若岩镇十二峰景区的飞拉达攀岩项目,凭借惊险刺激的体验和绝美的山水风光,吸引了众多游客前来打卡。该项目将十二峰的自然奇观与专业攀岩设计巧妙融合,在保留野外攀岩挑战性的同时,降低了技术门槛,让游客也能安全体验“悬崖漫步”的乐趣。

景区飞拉达项目总经理陈勇说:“五一期间客流远超预期,首日接待量近300人,有不少外地游客慕名而来。为了满足不同体验者的需求,该项目设计了多条特色线路,其中一号线适合亲子家庭体验,挑战线则更受有运动基础的年轻人喜爱。”

位于枫林镇兑垵村的楠溪江卡玛亚米飞行营地也迎来了客流高峰,滑翔伞运动成为众多游客的热门选择。5月5日清晨,楠溪江滑翔伞体验区就排起了长队,五彩伞翼在蓝天

当天,浙江省第七届小篮球联赛、县竞速接力赛等多项体育赛事也在永嘉县同步开展。整个五一假期,为满足市民多样化的运动需求,还举办了门球比赛、半程铁人三项赛、街舞邀请赛等多种形式的运动赛事,进一步推动全民健身运动的广泛开展。

与山水间相映成趣。乐清游客盛女士一家清晨七点半专程驱车前来,成为当日第十组体验者。滑翔伞项目逐渐成为亲子游的新宠,学生盛放说:“飞翔释放了压力,又能感受自然的壮美。”营地负责人林超俊介绍,得益于晴好天气和楠溪江站的开通,假期前两日接待量创历史新高。统计显示,截至5月5日,楠溪江风景区共接待游客80.83万人次,客流量全市排名第一,同比增长28.79%。

(通讯员 刘毅)

衢州六春湖登高 体验在云端跃步

5月4日,2025环浙步道系列赛·六春湖云上花海登高赛在衢州市衢江区六春湖景区落幕。当天,500余名登山爱好者齐聚衢江区大洲镇大路畲族文化村,共赴一场与六春湖的浪漫之约。

本次比赛分穿越、赏花和雏鹰三个组别,整个赛道贯穿六春湖景区的核心景观带。覆盖10—65岁全年龄段参赛者。赛道设计深度融合自然人文景观,沿途穿行畲族古村、高山草甸与万亩杜鹃花海,最高海拔落差达2545米。当天,选手们从山脚出发,途经杜鹃花海、高山湿地、竹林幽径等特色地貌,在奔跑中,领略“人在画中跑”的诗意风光。其中,专为青少年打造的9公里雏鹰组成为一大亮点。小选手们活力满满,少年欧阳非凡以1小时46分钟的成绩率先冲线,他兴奋地说:“第一次登山就感受到在大山里奔跑的畅快,很锻炼耐力!”

18公里的赏花组赛道海拔爬升1718米,当选手登上1100多米处,漫山粉霞似火的杜鹃在风中翻涌,与蓝天白云相映成画。选手穿梭花海,伴着鸟鸣花香前行,身心的疲惫在美景中尽数消散。“云海真的太美了,好像仙境一般。”来自开化的刘永红翻出刚刚拍摄的云海照片向周围人分享,第一次登六春湖的他被云海的壮美所震撼。穿越组全长26公里,海拔爬升2545米,是对选手体力和耐力的极大考验。选手们沿着蜿蜒的山路前行,穿梭在茂密的竹海和烂漫的花海之间。第一名陶邦斌一骑绝尘,以3小时20分的成绩夺冠。

“我们希望通过‘体育+生态+文化’的创新模式,让六春湖从季节性赏花地升级为全年活力运动场。”衢江区大洲镇宣传委员陈世民表示,这场融合竞技挑战、生态观光与文化探秘的登山盛会,正以运动之名,邀户外爱好者们共绘一幅“人在画

(通讯员 沈成)



运动嘉年华

5月4日,2025丽水青年体育嘉年华在丽水体育中心开幕,活动旨在通过“体育+青春+潮流”的创新模式,打造一场属于新时代青年的活力盛会。本次嘉年华将在五月每个周末开展。

通讯员 王蓓

潘雪峰:从“小白”到“大神”,跑出一路风景

本报记者 洪漩

“这段时间,我正在为钱江越野赛和莫干山越野赛做准备,向自己发起挑战。”说话的是海宁越野圈51岁的潘雪峰。她常被年轻人追喊着“大神”。从五年前一次性跑不完五公里到如今能征服百公里越野赛,她不仅通过运动实现自我突破与成长,也用积极的心态和行动去影响和启发身边人,激励更多人一同追求健康。

早些年,她还将自己定义为“低精力人群”,失眠、代谢慢、消化差。在女儿劝说下,她决定去海宁跑跑步健身。潘雪峰坦言,“我想着先跑起来,从慢到快,从少到多,毕竟是个过程。”

就这样,潘雪峰坚持了半个月,终于完成了第一个完整的5公里绕湖跑。

2021年,潘雪峰在朋友的推荐下,又加入了海宁潮乡户外徒步俱乐部。这之后,潘雪峰隔一段时间就去山里跑一跑,吸氧充电。南北湖越野赛、钱江越野赛、东白山越野赛、湖州王位山迎峰赛、温岭黄金海岸跑山赛……参加比赛是潘雪峰对阶段性训练的检验方式:“氛围好,有保障,比完大家还会组织分享交流会,互相感染受益。”

她报名了莫干山跑山赛100公里女子个人组。“对许多越野爱

好者来说,百公里是一个神圣的里程碑。我也想突破一下自己,达成这个目标。”

报名时距离比赛不到半年,为此,潘雪峰制定了严格的训练计划:每个月跑量稳定在200公里以上,至少完成一至两次50公里的长距离拉练。比赛当日,雨后泥泞不堪的赛道增加了挑战性。潘雪峰在山林竹海中开启颠簸的“泥泞雨战”,最终以22小时4分49秒的成绩完成了人生首个百公里越野赛。

如今,潘雪峰还成为海宁爱跑团副团长,她也用实际行动影响着更多身边人,也爱上了运动。