

94岁浙大教授“称霸”泳池 在杭城,也是没谁啦

喜欢游泳健身的中老年人越来越多

包玉刚游泳场本周日开设游泳医学健康知识公益讲座,特邀大家参与

本报记者 杨静/文 本报记者 林云龙/摄

运动究竟有啥好处?只有亲自参与才知道!省黄龙体育中心包玉刚游泳场有位杭城游泳圈里的“大哥大”,今年94岁,却依旧每周三练,每次都是骑着自行车来,下水后也不停歇,一口气就游一千米。这位耄耋老人叫谭天恩,是浙大的老教授,家就在求是新村。他说,长寿的很大原因就是游泳。

昨天早上9点,穿着黑色皮衣的谭天恩骑着自行车准时来到了包玉刚游泳场。像往常一样,换了衣服就下池开始了畅游。

谭天恩1945年毕业于浙江大学化工系,1948年起在浙大执教。曾任第一届全国化工原理课程教学指导委员会主任,参与编写的《化工原理》获得优秀畅销教材奖。在科研方面同样奖项多多,还获得过中国老教授协会为离退休后继续奋斗、成绩显著的老教授颁发的科学与技术工作优秀奖。

如今,94岁的他依旧名气很大,因为他是包玉刚游泳场里的“大哥大”,“不仅仅在我们这里,就是整个杭城的游泳场馆,谭老师也是年纪最大的了。”省黄龙体育中心游泳健身活动部副部长樊强富说。

“其实小时候我身体很差的。”谭天恩回忆道,记得小学时放暑假,别的小伙伴都开心地玩耍,只有自己因为体弱多病,只能躺在床上休息。五年级的夏天,父亲去学游泳,顺便把他也带上了,于是便学会了游泳。那时候开始,每年的9月份是一年中体质最好的。



一游就是一千米,中间不停歇。



每次都骑着自行车来游泳。

踏上工作岗位后,谭天恩一直坚持游泳。“从11岁开始,到现在我已经游了83年。刚开始时都是在自然水域的江河湖海游,到了杭州后就在室外游泳场里游。为了能经常游又不用买票,兼职当过救生员。因为水平不错,曾参加过省运会,100米仰泳项目不仅拿到了冠军,还破了纪录。”

年过古稀后,虽然有高血压、听力及视力渐行减退等老年病,但谭天恩自认为健康情

况总体上还不错,依旧全年游泳,频率是每周三次,每次连续游一千米,用时半小时左右。

“记得2007年的横渡钱塘江活动,要求所有参加者25分钟内在静水中连续游1000米。当时我已84周岁,也通过了测试,并且成为当年年纪最大的横渡者。这几年我的速度有点慢下来,一千米游完大概需要三十来分钟。”每次游泳,谭天恩都是一次性游一千米,中间不做任何休息。

而这一千米会用3个泳姿完成,分别是500米自由泳、300米蛙泳和200米仰泳,“以前是4个泳姿游的,现在腰有点不好,蝶泳不能游了。通过泳姿变换,可以让全身肌肉都得到锻炼。一次性游一千米则是为了保证体力。”

在杭城,目前游泳是许多中老年人最喜欢的运动之一。省黄龙体育中心本周日特别邀请了我省著名心血管、健身运动专家,针对60岁以上老年游泳爱好者将举办游泳医学健康知识公益讲座,时间11月20日9:00~14:00,地点包玉刚游泳场,先讲课后畅游,活动无费用,报名热线:0571-87962338。

创新引领互金推动

恒丰银行杭州分行十周年以“二次创业”助力转型升级

2016年11月,恒丰银行杭州分行迎来了开业十周年。十年来,该行始终坚持“服务地方经济、谋求共同发展”的经营方针,立足杭州、辐射全省,资产规模从2006年末的41.6亿元增长到2016年9月末的1027.76亿元,存款余额从35.91亿元增长到853.44亿元,贷款余额从30.88亿元增长到477.79亿元,与地方经济共成长。同时,在网点建设上,该行不断延伸金融服务触角,而今已拥有17家分支机构,其中二级分行4家、同城支行6家,二级支行3家,小微企业专营支行3家,社区支行1家,逐步完善了省内金融机构布局。

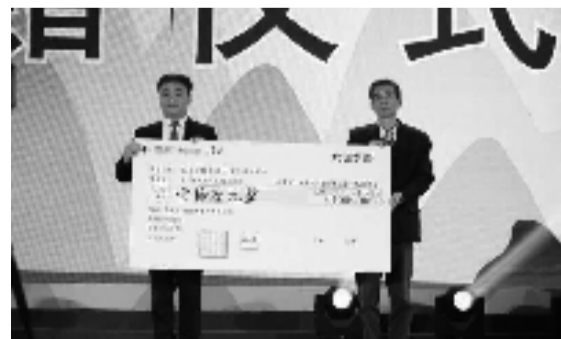
随着中国经济步入新常态,面对新形势,恒丰银行杭州分行提出“二次创业”的口号,发力互联网金融相关领域,逐步摸索具有恒丰特色的“双创”服务模式,与深圳赛飞软件有限公司联合打造的全流程创业服务平台——Tronker平台,目前已进入试运行。

10月12日,伴着2016年全国“双创周”活动的召开,由

杭州分行牵头,恒丰银行联合Tronker宣布启动发行国内首张“创客卡”——恒丰“创客联名卡”。Tronker平台各项工作也在有序推进之中,其运行模式和潜力逐渐得到了各方认可。

此外,东阳市人民政府、诸暨市人民政府均已与恒丰银行杭州分行以及深圳赛飞软件有限公司签订了三方战略合作框架协议,承诺将全力支持Tronker平台推进创新创业项目的开展,在政策扶持、行政审批等方面最大限度提供便利,为创业者提供良好的政策环境。

同时,在恒丰银行总行的牵头推动下,恒丰银行已与教育部学校规划建设中心签署了教育金融服务战略合作协议,发布“互联网+中国制造2025”产教融合促进计划,双方将通过Tronker平台对接教育部学校规划建设中心的“中国教育智库”,打造“互联网+教育+金融”的全新“政企银校”合作模式。杭州分行还抓住恒丰银行作为银监会投贷联动试点的契机,以Tronker平台为依托,从源



头上选取符合国家产业政策、转型升级的有发展潜力的双创企业、小微企业、三农企业,实现银企共赢。

在11月12日举行的十周年庆典上,恒丰银行杭州分行秉承了一贯以来“热心公益”的传统,向浙江省残疾人福利基金会捐助人民币10万元,专门用于浙江省残疾人大病医疗救助。

钱丰 钱冰冰