

群山认证护照春季版周日上线

春光无限好,跟着杭州动动帮爬山去喽

从这里上天
门山

本报记者 王琼 李颖 高华生

去年火爆杭州运动圈的杭州动动帮“群山认证”系列活动重磅回归。2017春季版,本周日重磅上线。

“群山认证”的活动名额次次都需要秒杀,今年火爆程度肯定还会继续。想抢到春季版首站活动名额的小伙伴,定好闹钟,准备起来。

报名将于本周四(2月16日)开始,通过浙江24小时APP和钱江晚报体育官方微信公号杭州动动帮都能一键报名。



去年14万+人次关注 今年将推出春秋两季

“群山认证”无疑就是去年杭州运动圈最火的一个大众登山项目。

有数据为证!

去年一整年,“群山认证”共推出20个周末20条杭州经典登山线路。全年超过2000人参与,累计140000+人次关注,“认证”了杭州100多座山头……

去年年末,“群山认证”推出“年终众筹版”,付费的众筹登山出人意料地火爆,参与者多数是年轻的登山爱好者。

杭州一直被喻为最适合登山的城市,登山也是当之无愧的杭州第一运动。在全年的“群山认证”系列活动中,我们请到在杭州登了一辈子山的登山领队为大家推荐了20条

杭州最经典的登山线路,这些线路里藏着最杭州的历史文化、藏着杭州最美的四季风景、藏着不为大多数人知晓的幽静山头。

全年我们走过杭州最高的山、最美的山脊线、最低调的古道、最牛的千级台阶,还有杭州最土的路……

今年,我们继续去登杭州、浙江最值得走的登山线路。活动由杭州动动帮和杭州市体育休闲行业协会主办。

2017“群山认证”会推出春季版和秋季版,线路由杭州市登山运动协会的总领队李鑫泉和杭州动动帮小编一起精心挑选。本周日,春季版首站,跟着我们一起走起。

“群山认证护照”走出杭州 今年玩法大升级

除了延续走最经典的登山线路,2017年“群山认证”系列将大升级。

2016年,我们针对“群山认证”推出了定制奖牌,集齐十站徽章就可以兑换。2017年在此基础上,将重磅推出“群山认证护照”。什么概念?参加一定量的线路后,你将能兑换一本群山认证专属护照,这本护照除了可以记录你走过的登山线路,还可以在线下兑换各种实惠福利。

2017年,“群山认证”还将走出杭州,推出特别版,带大家去感受浙江最经典的登山线路。

同时,针对2017年春季版首站活动,动动帮将送出神秘礼物。

是不是已经非常期待了?

2017年首站“群山认证”将于本周日举行。这条线路将穿过龙井,将登上西湖群山最高峰天门山(海拔412米),将遇见这个季节杭州最火的花。

活动报名将于周四(16日)10点正式开始。活动详情请关注浙江24小时APP“杭州动动帮”栏目,或微信公众号“杭州动动帮”。

告别“缺失牙”,重拾齿间幸福

种植牙国际峰会下月在杭召开,与国际种植牙大咖零距离接触的机会来了

都说“一年之计在于春”,早春时节,万物苏醒,适合将老毛病“翻出来晒一晒”,其中就包括“老掉牙”。据了解,八成以上中老年人饱受缺牙苦折磨,却不知如何科学解决。

缺牙超五颗,危害身体健康

人老掉牙是自然生理现象,但掉得太早就有风险了。英国口腔健康基金会最新发表在《牙周病学2000》杂志上的一项研究发现,牙齿不仅和生活质量有关,也会影响到身体健康:65岁前掉牙超过5颗的人,患心血管疾病、糖尿病和骨质疏松症等疾病风险明显增高,影响寿命。而74岁时牙齿仍完好的人,更有可能活到百岁。

该研究表明,口腔健康与生活质量之间关系密切。当牙齿出现问题,细菌会通过破损的牙龈侵入血液系统,进入冠状动脉,导致血管阻塞;掉牙也会导致咀嚼变差,影响营养摄入,危害身体健康。因此,人们应该养成护牙健齿的好习惯,戒除吸烟等不良嗜好,定期看牙医,及时处理牙齿缺损等问题。

种植牙:牙缺失朋友的理想选择

修复牙齿缺损的方法包括活动假牙、烤瓷牙、种植牙三种。牙缺失患者需根据自身的口腔条件、身体状况、修复需求来选择适合自己的修复方式。

种植牙经过50多年的发展,已经很成熟了,成为牙缺失患者的理想选择。对于老年人来说,种植牙能够实现牙齿功能再造,为老



年人恢复牙齿的自然状态。

种植牙国际峰会召开在即 国内外种植牙“大咖”为您亲诊

由环球牙医联盟、中华口腔研究院联合主办,杭州美奥口腔受邀承办,被喻为口腔界的“奥斯卡盛典”——《2017·多颗种植牙疑难病例国际学术峰会》,将于今年3月在杭州举办。国内外口腔种植界“大咖级”种植专家将汇聚杭州,对口腔种植新进展、新知识、新经验进行交流和研讨,并将针对多颗种植牙疑难病例进行联合会诊。

为了让此次峰会更好地造福于缺失牙读者,本周日上午9:30,峰会主办方环球牙医联盟、中华口腔研究院将举办“种植牙疑难病例‘大咖’亲见会”,公开征集50名种植牙疑难患者参加种植牙公开课,帮助缺失牙疑难杂症患者找回品质生活。无牙颌种植修复、多颗牙缺失、全口牙缺失、半口牙缺失、牙槽骨量不足等患者都是我们征集的对象。

请拨打本报咨询热线0571-85311560报名。报名成功者可以免费拍片检查、口腔健康评估、设计个性化种牙方案,更有机会获国际种植牙“大咖”联合会诊,足不出杭,解决种植牙疑难问题。
方云凤