

补给多得像吃货团,外出多得像旅行团

这么好的小区跑团,谁不想抱团



跑团已成万家花城小区一景。



跑团的补给琳琅满目。

本报记者 陈学东

“万家,万家,亲如一家!跑步,跑步,青春永驻!”每周四晚上8点多,只要不下大雨,在杭州萍水路万家花城一期小区内,就会看到一群人在夜幕下,举着“万家花城跑团”的旗帜,喊着团队的口号,奔跑在小区路上,还不时有跑者加入进来,汇流成了一股欢乐的跑步潮。

记者就住在万家花城。一开始,这支自己小区的跑团规模不大,经过两年多滚雪球式发展,影响力越来越大,也越来越正规,甚至吸引了周边小区跑友参与,还多次组团去省内甚至全国参加马拉松跑步,据说是杭城首个规模化小区跑团。这引起了记者的好奇,一探这个“自己家”的跑团。

补给琳琅满目 让人以为在开派对

上周四的夜晚,凉风习习,是个非常适合跑步的天气,也是万家花城跑团第27期例跑的日子。晚上7点半,夜色降临。在万家花城7幢8幢之间,已经陆续有跑团成员聚集起来了。现场搭起了两张桌子,吸引了记者的眼球:桌子上摆满了西瓜、香蕉、荔枝、樱桃等水果,还有矿泉水和运动饮料。其中居然还有个电饭煲,记者打开一看,原来是热腾腾的玉米棒子。如果不是跑团成员告知这是每次例跑都有的、跑团队友赞助的补给,记者还以为是在开一场美食派对呐。

万家花城跑团骨干、8幢业主胡列革笑着告诉记者,“以前我们跑团是没有补给的,后来在我极力提倡下,开始搞补给活动。我觉得,提供补给,可以让跑完步的队友休息一下,吃点水果点心,交流跑步体会,也能增进邻里间感情。第一次补给是我赞助的,后来许多跑友抢着要提供补给,就形成了跑友自动报名,经过登记排序,每期例跑安排一位跑友提供。因为赞助者各不相同,所以每期补给都有变化。冬天有热茶、玉米、自制点心等等,夏天有各种应季水果、牛奶、饮料等等,有些小朋友就是被好吃的吸引,然后跟着跑起来了。”

从开始五六个 发展到现在200名跑友

“对,这样跑是不是感觉轻松许多呐?”万家花城跑团创始人施建飞正在指导新人跑姿,身边围了不少跑友观看。

忙罢,施建飞和记者聊起了建团的经过:“我们小区人车分离,绿化又特别好,绕一圈1.1公里左右,很适合跑步,于是两三年前开始,我就每天晚上在小区里跑步,一开始是一个人跑,后来遇到了浙大户外徐国根大叔,又遇见好些小区零散的跑步爱好者。”

“我就想我们小区有2500多住户,上万名居民。如果用跑步的方式把小区的跑友集合起来组团一起跑,大家兴趣相投,又能相互认识,也是好事一桩。”所以,施建飞几个就在2017年5月份成立了万家花城跑团,当时成员只有五六个。后来在小区业主群邀跑友入群的同时,8月份他们开始扛旗例跑,声势大起来了,当年底,加入跑团群的邻居已接近100人。目前他们有两个跑群,跑友总人数在200多人。

去年开始,跑团的许多跑友会结伴参加全省甚至全国的马拉松及越野比赛。大家拼三四辆车,一起组队参加绍兴、宁波、台州、丽水等地省里的马拉松比赛,可开心了。还有许多跑友,打飞的赶北京马拉松等知名马拉松赛,都要把万家花城跑团的旗帜带过去。

跑团友好氛围 增进了邻里关系

晚上7点50分,来了30多位跑友,在小区东面消防通道上排成两列纵队,开始做跑前的热身活动。

“我觉得我们跑团的特别之处,是在于我们是一个小区跑团。大家都是邻居,我们都是用行动在影响身边的人,让他们感受到运动带来的变化。有热心跑友赞助瓜果热水,有资深跑友指导新人跑姿及跑速,这样让一些从来没想到要跑步的邻居,从跟跑到主跑,从跑1公里就体力不支,到轻松跑5公里甚至10公里。我们的活动甚至吸引了周边东方福邸、橡树园等小区的跑友。”万家花城跑团秘书长、9幢业主余淑玲告诉记者。

余淑玲还提到:“我们大人在跑,也会带动孩子,我的小孩五年级,如果他作业做完有时间,我就会带他参加例跑。他的朋友同学也会跟着一起跑。去年天气不冷时,有几位幼儿园和一年级小女孩,家里没大人带,也爱跟着我们跑,而且还能坚持三四公里。”

亚足联宣布 2023年亚洲杯将由中国承办

北京时间昨天,亚足联特别代表大会召开。会上,亚足联正式宣布2023年第十八届亚洲杯将由中国承办。这将是时隔19年后再次承办亚洲杯。

2016年,亚足联正式确认中国、韩国、泰国和印尼四国申办2023年亚洲杯。随后,印尼和泰国先后退出。上个月,韩国足协也官方宣布正式退出2023年亚洲杯的承办申请工作,中国便成为了唯一申办国。

此番宣布,其实早无悬念,只是走一个程序,落一个实锤。

中国举办2023年亚洲杯实锤之后,剩下的悬念就是将在哪些城市举办。据了解,最初向中国足协提交申办报告的城市达到了20个左右,中国足协经过统筹考虑后,申报了12座城市作为备选比赛地。

最终的九个分赛区城市就将在这12个城市中进一步选择。而中国足协也计划在届时的9座城市中都新建专业足球场。

这就表明,亚洲杯的举办必将进一步提高国内足球设施建设和足球氛围。在最初刚提出申办意向之时,中国足协竞赛部部长戚军就曾表示,“若申办成功,将对中国足球改革发展的大环境、国家对足球的重视和足球项目未来的整体发展有很好的促进作用。”

在拿下亚洲杯举办权之后,中国足协的下一个目标,很可能就是冲击世界杯的主办权。那么,2023年亚洲杯就会成为中国申办世界杯的前哨战。

对于杭州来说,2023年亚洲杯正是在2022年亚运会之后,亚运会为杭州留下的丰厚遗产,包括基础设施、安保工作、体育氛围等都将是此次竞争亚洲杯分赛区的一大筹码。据了解,分赛区城市的悬念预计在今年8月或9月揭晓。

本报记者 宗倩倩

600年古镇上演龙舟大赛 湖州民当村献上端午“大餐”



6月3日,和孚镇民当村文化广场人群簇拥,2019江南·民当端午民俗文化旅游节暨湖州市首届龙舟赛在这里热闹举行。

民当村位于和孚镇中心,曾是小桥、流水、人家的热闹集市,距今已有600余年历史。基于深厚的历史底蕴,这里的端午节庆活动已连续举办多年。

与往届相比,今年活动形式更多样、内容更丰富、影响更广泛,吸引了四面八方的乡亲和游客慕名而来,全天游客数突破1万人。除本地传统民俗活动外,当天下午场的湖州市首届龙舟赛,更是吸引了大批兄弟县区文体爱好者。

下午2点许,来自湖州各县区的10支龙舟队整装待发,河港两岸聚满了游客和摄影爱好者,锣鼓声、助威声喧天,将整场活动推向了高潮。

“特别感谢主办方举办这样的比赛,让我们在异乡也能热热闹闹过端午。”端午赛龙舟是新湖州人胡亚峰的最爱,此次他带领40多名江西老乡,组成了两支龙舟队参赛,还拿到了靠前的名次,令他很是欣慰。

赵伟阳 沈勇强 项飞 文/摄