

80个杭马直通名额,浙江最大规模的马拉松线上赛启动

小时新闻请你晒跑量,拿免费跑马名额

本报记者 王琼 李颖

近日,“浙江马拉松线上系列赛”正式启动,在接下来的两个月里,浙江省内将有8场线上马拉松接力登场,让你一次“跑遍浙里”。



杭州跑友组团参加“浙江马拉松线上赛”的台州站,不光打印了号码簿,还备了冲刺带。高高 陈小忽 江小跑 摄

浙江马拉松线上系列赛,福利满满。完成每一站,跑友不光能拿到线上赛定制奖牌、服装,还有机会抽取杭州马拉松直通名额、浙江马拉松系列赛免费名额,以及价值200元、300元不等的100份奖品等等。

现在,福利还要加码!

“小时新闻”APP联合浙江省马拉松及路跑协会请你免费参赛开跑。即日起,只要下载“小时新闻”APP,在“我要发帖”发布跑量截图,就有机会拿到线上马拉松免费参赛名额。东阳站横店马拉松线上跑免费名额报名已经开启,速度来晒吧。

“2020浙江马拉松线上系列赛”主题为“一马一景,跑遍浙里”,分8场分站赛,设3公里、10.18公里两个组别,分为免费、收费两类套餐组别。这8场分站赛,都是浙江省内响当当的马拉松赛事,横店马拉松、台州马拉松、嘉兴马拉松、丽水马拉松……

主办单位浙江省马拉松及路跑协会会长龙江在接受采访时说:“组织浙江马拉松系列赛一方面是满足协会会员赛事的需要,另一方面也是跑者的需要,大量赛事停摆,以往的马拉松旺季变成了空闲期,希望通过这个线上系列赛,提升跑友的跑步热情。”

和普通的线上马拉松不同,报名收费套餐的跑友,除了精美的线上跑奖牌、纪念T恤,还有海量参赛名额等你来拿。记者算了一下,整个马拉松系列赛将送出80个杭州马拉松直通名额,160个省内马拉松免费参赛名额,40份价值200元的奖品,60份价值300元的奖品。

除了官方福利,小时新闻还有福利赠送。

小时新闻联合主办方浙江省马拉松及路跑协会送出24个线上跑免费参赛名额,请爱跑步的你,一起跑,一起晒。

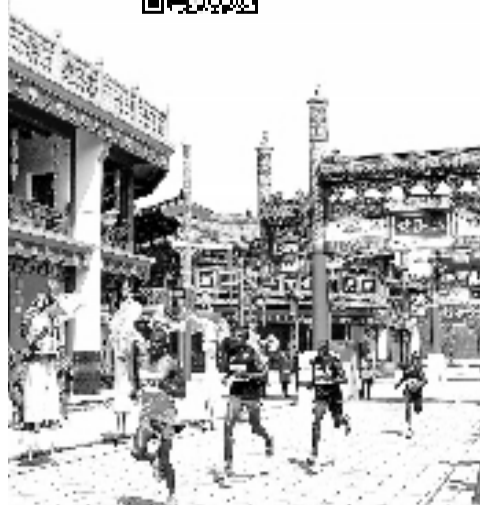
即刻起,在小时新闻APP首页→点击“我要发帖”→选择发布到“爱跑步”→晒出你最近的跑量、轨迹截图(福利名额领取详情,扫一扫下方的二维码),就有机会拿到浙江马拉松线上系列赛东阳站横店马拉松的免费参赛名额。

横店马拉松的线上奖牌和服装很有“横店”特色,奖牌是一块场记板,服装是横店的吉祥物——小英雄。横店马拉松线上跑,完赛后不光可以参与杭州马拉松直通名额、省内8大线下马拉松免费参赛名额的抽奖,还有100元旅游优惠券、华为手环、定制水杯等奖品可以抽取。

接下来,丽水马拉松、嘉兴马拉松等其它大牌赛事也将陆续上线,这个夏天和我们一起“跑遍浙里”。



扫一扫
拿横店马拉松
线上跑免费名额



孩子有多动症 医生开处方玩电子游戏?

本报讯 游戏除了用来玩还能干什么?要说能治病不少人肯定会觉得是天方夜谭。

近日,美国食品药品监督管理局(简称FDA),通过了一项从未有过先例的医疗认证:他们批准了一款名为《EndeavorR》的电子游戏为处方方法,从此之后,医生可以将这款游戏当做疗法开在处方里。

据FDA资料显示,它可以改善使用者(玩家)的注意力功能,适用于8到12岁之间有注意力不集中或合并型注意力缺陷涣散障碍(ADHD)的儿童患者,也就是我们常说的多动症,相关论文还被发表在《柳叶刀》杂志的数字健康板块。

这款游戏看起来像是休闲赛车类游戏,有很明显的儿童风格:色彩鲜艳。

和普通游戏不同的是,这款游戏中的很多设计并不只是为了吸引孩子玩,还有精神科学方面的考虑,对色彩的搭配、游戏内形象的设计、任务完成后的奖励都进行了科学设计,可在需要孩子注意的治疗过程中挑战孩子的大脑,并同时专注于多项任务,从而改善患者症状。

作为一项治疗处方,开发者Akili建议使用者严格遵守治疗方案中的使用时间,即每天25分钟,每周5天,持续4周。

用游戏作为多动症的治疗手段是否可行?

记者采访了浙江大学医学院精神卫生中心脑功能研究室沈志华医生,他告诉记者,数字治疗手段是一种很好的尝试,或许在辅助治疗时会起到不错的效果,但多动症的成因很复杂,平常治疗起来也是多管齐下,纯粹以游戏作为治疗手段还是要谨慎对待。

“作为治疗手段而言,除了它所论证的疗效确实有效之外,还要考虑到副作用,尤其是游戏成瘾的潜在威胁。ADHD的患者几乎都是青少年,他们对于电子游戏的抵抗力本身就低,如果孩子不满足于治疗的那25分钟,还想去玩别的游戏,就需要增加人为干预。而且不排除孩子在这个游戏场景下的注意力是得到改善了,但更换场景后效果不佳的情况,如何能解决这些问题,那作为治疗手段来说才是值得推广的。”

沈志华医生告诉记者,其实目前国内在多动症的治疗上已经有了比较好的治疗方法,浙江大学医学院就有自己的儿童心理科,常用治疗手段就是脑电反馈疗法。

“人的大脑在不同情况下会有不同的脑电波占优势,放松和紧张时的脑电波是不一样的,脑电反馈治疗就是通过测量脑电波的信号,通过设备转换成游戏模式,比如注意力越集中的时候,画面中的汽车跑得越快,通过这种训练来改善患者注意力。这其中其实也有借助小游戏的手段,但这只是为了吸引小孩子配合治疗,但背后的治疗原理是对脑电波的训练。”

本报记者 张峰

一人多座,加倍舒适!即日起,中国国际航空公司在杭州、上海虹桥、上海浦东、温州、南京等地始发的国内航线上,推出“一人多座”产品。搭乘国航航班的旅客,最多可以购买3个额外座位,每座价格为200元。旅客可在航班开始值机后,前往机场值机柜台,办理相关手续。更多详情请拨打国航官方客服95583,或登陆国航官网、下载国航官方APP进行查询。