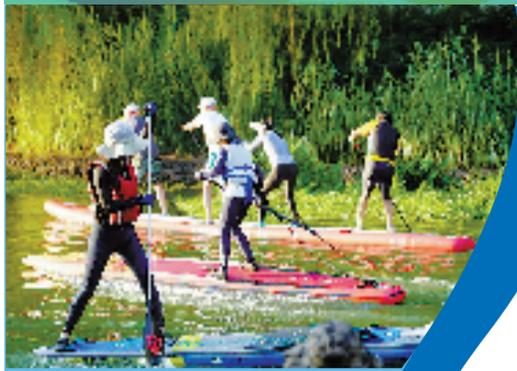


亚运读本

杭州2022年第19届亚运会


 身边的亚运
 HANGZHOU


带着孩子划着板 既是运动,又是探索未知

河道开禁,水上运动爱好者个个兴奋 但是欺山不欺水,安全措施切记做到位

本报记者 李文瑶

在杭州开放10条城市河道之前,杭州几条知名水路上一直不缺水上运动爱好者。他们有的在蒋村港划龙舟一赛高下,有的沿着西塘河一路划到三墩,还有的只需一块不大的水域,就能在桨板上复习打转上板等动作,一个人自娱自乐。

河道开放在即,对于这个好消息,这些资深的水上玩家又是如何看待?对于跃跃欲试渴望在城市河道玩水避暑的小白,他们又有些怎样的建议?

带孩子打卡更多水道 强身健体还能寓教于乐

一听到开放10条城市河道的消息,作为一名桨板爱好者,家住城西的何年非常开心,“以后家门口就能玩水,一下子方便了。”同时,作为一名带着儿子玩水的家长,何年充满期待:“其中有好几条我们渴望许久的河道,像靠近西溪湿地的蒋村港,还有紫金港,这次终于有机会一起打卡了。”

时常戴着墨镜划着桨板徜徉在西塘河上的何年,与小儿子小弟是桨板圈子里小有名气的母子档。2020年,何年接触桨板运动,起初,小弟只是跟着她玩,但慢慢地,何年发现,小朋友反而更快上手,“像走板绕标、跳板出发等对成年人来说都比较有难度的动作,他分分钟就掌握了。”

此后,只要有空,何年都会带两个孩子去周边有山有水的地方走走逛逛:桨板放气后一折叠,往后备箱一放,一辆小车就能载着母子三人去探索任何想去的水域。

在何年看来,水上运动不仅强身健体,更是一种亲子互动的方式,她曾带娃沿着西塘河河道一路向前,去三墩老街上吃一碗牛肉面,桨板就系在码头,吃饱喝足后乘兴而归,“杭州很多河道是相通的,我会鼓励孩子们在允许的河道范围内去找连接点,去探索一下新路线,去观察未知的水域和新的生态环境。”何年表示,西塘河两个方向都可以划去很远的地方,往返十几公里,划着桨板或者皮划艇一路向前,能在水里收获岸上没有的风景。

盛夏是福寿螺的高发季节,她也会教育孩子们带着树枝或者用桨板清除河面上福寿螺的卵,守护河道洁净,“福寿螺对人体有害但却是小鱼小虾等水生动物最喜欢的食物,所以我希望能在更多河道推广这件事,让小朋友们在运动中学到更多。”

在何年看来,官方正式发布了10条城市河道开放的消息后,不少有娃家庭都来跟她咨询,官方背书更是给带娃家庭吃了一颗“定心丸”:“暑假到了,之前很多家长对水上运动持观望态度,这下都想付诸实践。”

所以,何年给想要在城市河道玩水的小白家庭提供了一些建议:“首先救生衣要随身带,户外水域和游泳馆不一样,哪怕会游泳也不能掉以轻心,其次带着孩子下水前最好还是先去专业机构了解和储备一些基本知识,比如在陌生水域碰到暗流、水草应该怎么操作自救,为孩子也为自己负责。”

水上运动爱好者既喜又忧 最简单的玩法也有很多讲究

扎着马尾、有着健康的咖色皮肤和笑起来弯弯眉眼的玛奇朵是大关小学的一名体育老师,在此之前,游泳专业出身的她曾做过游泳教练。

“即便如此,我也是一年多前才开始敢玩水上运动。”因为半月板受伤,原先跑马拉松居多的玛奇朵才将目光转向了水面,但出于职业天性,第一次从桨板上跳进水面,她犹豫了足足二十分钟。“俗话说‘欺山不欺水’,你可以不敬畏山,但不能不敬畏水。所以真要进入自然水域,我还是很谨慎的。”

开放的消息传出后,玛奇朵身边不少90后年轻人都来跟她打听,而她最担心的莫过于在这个互联网和短视频的时代,开放城市河道反而降低了大家对水的敬畏感。“可能听信主播,随便买一块板就往水里跳,这种行为是对自己不负责。”在此之前,玛奇朵也刷到过很多博主“在哪玩水上运动”、“如何玩水上运动”的推荐,轻飘飘且不专业的话语背后实际上在给小白指错路:“像这个天气,很多充气的桨板操作不对或者不符合标准,就容易炸。”玛奇朵表示,她很高兴能看到更多人参与这项运动,但也担心贸然进入这项运动的小白反而“坏了好事”。

不同于资深水上运动爱好者的担忧,水上运动经营者将这一消息的发布视为“机会与压力并存”。“一条河道上不止一个码头,届时会是怎样的情况,其实很难预料。”水尚俱乐部教练徐健告诉记者,此前,她曾遇到过沿岸有人不穿救生衣,举着没充满气的桨板就准备下水的情况,放到水里的桨板两头翘起,看得她心惊胆战。“但对方可能没当回事,”徐老师表示,开放后,随着大量涌入的水上运动小白,这样的现象也许会成为常态,“我们还是呼吁先对这项运动有最基本的了解过后,再享受这项运动,那才能让这件好事在更多的夏天一直延续下去。”

