

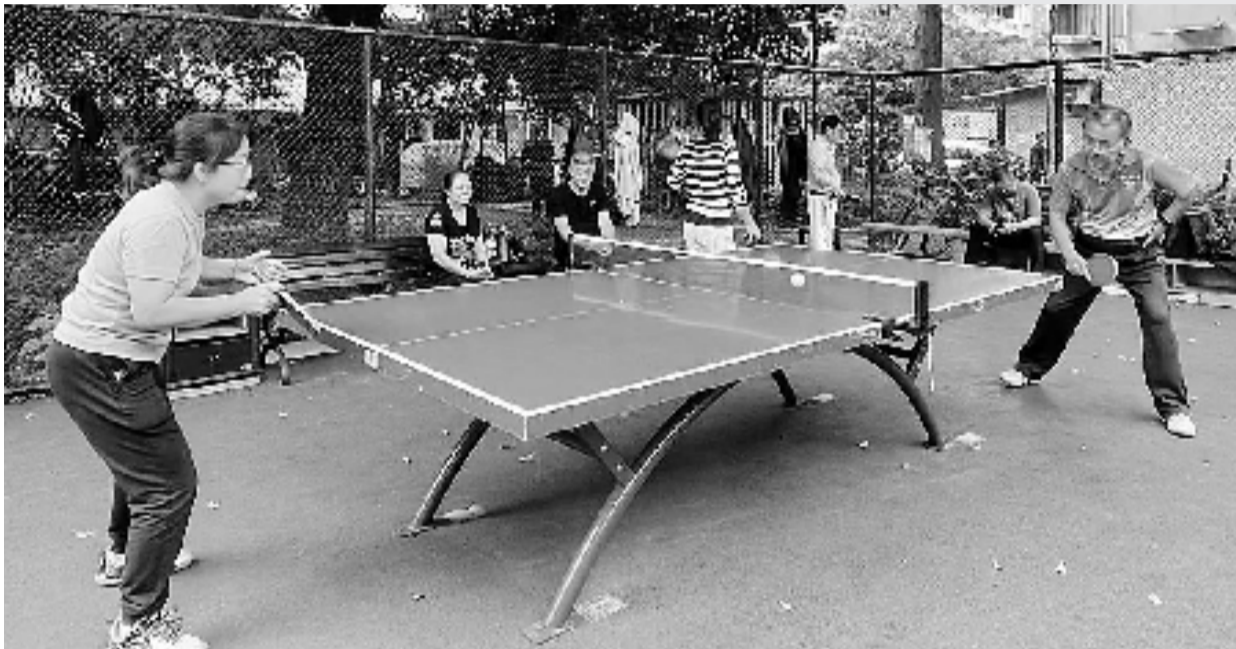


早上5点多就有居民来打球,几乎从早“忙”到晚 这个嵌入式运动场地 亚运至今特别火

杭州亚运会闭幕了,但杭州这座城市依然“动”感十足,全民健身进一步融入大家的生活,成为一种健康新风尚。

最近,杭州上城区闸弄口街道濮家社区内的“天城体育公园”运动氛围拉满。

这个“嵌入式体育场地”有多火?从每天早上5点多开始,乒乓球桌就已经迎来了第一拨前来运动的居民。从早到晚,球场几乎很少有空闲时刻。一旁的羽毛球场人气同样旺,不仅有羽毛球“老手”在场上激情飞扬,还有不少新手跃跃欲试。



濮家社区的“天城体育公园”

乒乓球场地少有空闲

早上5点多迎来球友:从早到晚很少有空闲的时候

早上5点多,濮家社区“天城体育公园”里的乒乓球场地,就迎来了每天第一拨打球的居民。

不少上了年纪的社区居民在球场上较量。虽说是业余玩玩,但一个个展现出来的却是专业级选手的架势。

暂时不上场的居民也不闲着,坐在一旁观战、呐喊。

渐渐地,附近的居民们都默契地互相规划好时间,彼此间形成了一张无形的“场地时间安排表”。

上午的运动场是退休老人们的“专场”。而到了下午,很多社区的孩子放学回来,这里又会变成孩子们的主场。

“可以这么说,这个乒乓球桌从早到晚很少有空闲的时候。”居民俞阿姨说。

俞阿姨今年70多岁,只要一站到乒乓球桌前,她立马就成为了一名活力满满的“战将”。头戴一顶帽子、身穿一件红色短袖的俞阿姨运动起来,

浑身散发着酷劲。

“我天天都来这里打球,下雨也不怕。除非雨实在太大,否则没有什么能够阻挡我。”俞阿姨说起话来声音洪亮,精气神十足。

作为一名资深的乒乓球迷,俞阿姨从小学开始就和乒乓球结缘。

“那时候遇到了一位很好的教练,非常耐心地指导我们,还给我们买来专门的球鞋和球拍,带我们观看比赛,培养我们的兴趣爱好。就这样,通过训练,我慢慢地就爱上了乒乓球。”俞阿姨说,乒乓球一喜欢上,就再也丢不掉了。

杭州亚运会期间的乒乓球比赛,俞阿姨几乎一场不落地看,有时候错过了,还会找视频回看。

“看完比赛,球友们会一起到球场这里来交流观赛心得,谈谈感受,讨论一下运动员的技法。”俞阿姨说,大家有说有笑,心情很愉悦,而且通过运动,大家也变得更健康。



羽毛球场人气很旺

嵌入式运动场地:让居民一出门就能动起来

乒乓球桌从早“忙”到晚,紧挨着乒乓球桌的羽毛球场地也没有闲着。

张女士和丈夫两人在球场上打得很欢乐,丈夫还时不时地给张女士提供一些指导。

张女士是一位羽毛球新手,半个月前才开始学着打球,虽然技术还很初步,但她的热情却越来越浓。

这段时间,已经退休的夫妻俩几乎每天上午都会来这里打球。

“我们家就住在小区里,到这里很方便。这次杭州亚运会,我们一家去现场看了很多场比赛,田径、足球、拳击比赛都看了,每个现场都是热血沸腾。”张女士说,一场场比赛看下来,不由自主地喜欢上了运动,就从羽毛球开始学起,“我并不追求技术上有多大的突破,更多的是参与全民健身、锻炼身体。”

说起社区内的这些嵌入式运动场地,居民们都是一个劲儿地点赞。

“有了这些场地,让我们一走出门就能运动。这里不仅环境好,街坊邻居们在一起运动也很开心,场地的利用率非常高,希望这样的运动场

地越来越多。”胡大姐说,大家也都很爱惜这些场地,“打完球大家都会把东西收拾好,把门关上,精心呵护这片空间。”

据了解,这里原来是一个普通的社区公园,运动健身的空间相对较少。去年,社区进行了重新规划,通过微改造、精提升,专门嵌入了一块乒乓球场地和一块羽毛球场地。

改造完的“天城体育公园”总面积约3000平方米,除了两片嵌入式的体育场地,社区还在公园一角设置了健身点,设置的各种健身器材可满足不同健身需求。

此外,户外的童玩区让小朋友也能在公园安全、快乐地玩耍。公园里的凉亭也进行了重新打造,放置了象棋桌,让爱下棋的居民可以在这里切磋技艺。绕公园一圈,还铺上了300米长的塑胶跑道,方便居民在家门口跑步锻炼。

“我们社区居民的健身锻炼氛围非常好,尤其是乒乓球很受欢迎。杭州亚运会的成功举办,带动了居民健身锻炼的积极性,加上最近秋高气爽的天气,非常适宜户外活动,来公园健身锻炼的人越来越多。”濮家社区党委书记胡秀华说。

新闻+

嵌入式体育场地 闸弄口街道有16个

“天城体育公园”只是闸弄口街道其中的一个嵌入式体育场地。目前,整个街道共有嵌入式体育场地16个,满足了很多居民的运动需求。

针对人口密度高、建筑密度大、公共空间少等老旧小区普遍存在的问题,为了解决居民“去哪里健身”的需求,闸弄口街道通过“针灸式”更新小微空间,让“边角余料”变身“金角银边”。

“我们主要通过挖掘辖区一些闲置空间,或在原有场地基础上进行重新规划,调整嵌入一些居民受欢迎的场地。比如,在麦苗社区利用小区架空层增加了乒乓球场地。”闸弄口街道工作人员介绍,为了进一步提升场地利用率,也做了一些多功能设施,增设了可移动运动设备,让场地尽可能满足居民的多样化需求,“最近,我们辖区大大小小的健身场地都十分火爆,健身锻炼的人非常多。”

接下来,闸弄口街道还将进一步整合资源,提高体育惠民服务水平,开拓更多文体空间,来满足居民群众日益增长的健身需求,也让辖区嵌入式体育场地内的全民健身热潮持续高涨。

本报记者

詹程开

文摄
通讯员

胡潇雯

代宇龙