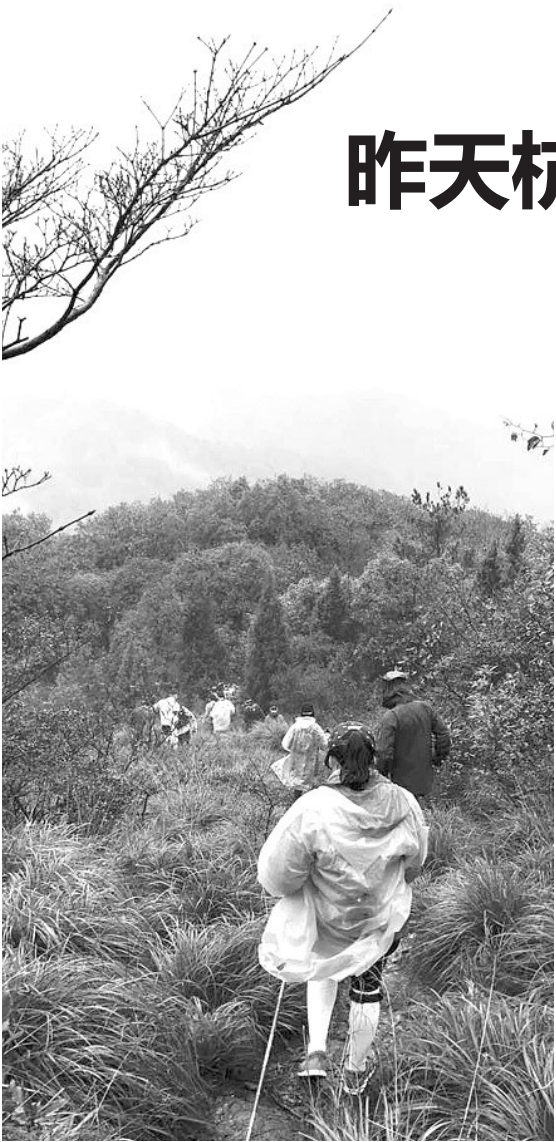




在这样的野路上,想设置路标都难啊!

路标? 不画 义工? 不要 昨天杭州有场拿着手机跑的山地越野赛 跑友点赞:“自导航”的新玩法既环保又有趣

本报讯 沿途不设路标,也没有义工指引,参赛选手一路都靠手机里提前下载的一个App软件自己导航跑完25公里的山路……这样的比赛,你听说过吗?

昨天上午8点,由嗨跑体育举办的一场与众不同的山地越野赛,在位于杭州龙井路的西院1号发枪。经过6小时的比赛,100名选手都安全回到终点。虽然是第一次参加“自导航”的越野赛,但选手们都对这种新玩法点赞。

后勤保障太细致 反而失去越野跑强调自然奔跑的初衷

为降低风险,越野赛的主办方往往会在后勤保障上下足功夫,沿途尽可能多地设置明显的路标,还会安排义工沿途指引。这样做当然没有错,毕竟在山里跑越野赛是很容易迷路的,特别是那些第一次到这里跑步的人,充足的后勤保障可以保证选手的安全。但问题也随之产生,一些主办方会为了设置明显的路标,在赛事沿途的石头、台阶或树上喷红漆。就在几天前,杭州西湖群山上就发生过类似的破坏环境事件。

昨天的这场越野赛,全程不设路标,组委会在赛前一周公布赛事轨迹图,提前三天网络教授选手如何使用手机软件进行导航,现场还安排专门的工作人员检查选手的前期准备工作。出发后,选手按照手机里下载的路线图跑,沿途必须找到提前设置的5个打卡点才算成绩有效。虽然有点类似于开车使用手机导航,但对于选手的方向感和识图能力有很高的要求,有些自导航能力差的选手会出现跑错路的情况。所以,跑得快的同时,还得跑得聪明。

“过于丰富的赛道补给、过于周到的后勤保障……国内越野跑越来越趋于保姆式服务,选手对组委会的依赖性越来越强,从而失去了越野跑强调自然奔跑的初衷。”跑友陈伟国非常喜欢这种新玩法,“另外,作为在山林中奔跑的越野赛,不像马拉松赛那样可以很及时地清理比赛所造成的垃圾,容易造成山林污染,这种自导航的越野赛宣扬了健康环保的观念。”

自助式越野跑 慢慢差距缩小增加了选手间的互动性

经常参加杭州各种越野赛事的董磊认为,这种自带补给自己找路的自助式越野跑给人一种全新的感受,而且在无形中增加了跑友之间的互动交流。

“有路标和引导员的比赛,大家一般都是埋头向前跑,超越跑友时也只是互相打个招呼而已。”董磊说,“这次的自助式越野跑就不一样了,比赛中走错路的情况时有发生,这时自助导航的App就会及时发出提醒,选手们都能及时折返重新找到正确的路。跑得越快的人往往错得越多,快慢之间的差距无形中就缩短了,跑友间相互遇见的几率也就增大了。因为要讨论路线的方向是否正确,大家相互交流的机会也就多了,结伴同行赛后还成了好朋友。”

这次比赛的导航软件还有组队功能,所有选手在手机上不光能清楚看到自己所处位置,还能看到其他人的所在。“自助式越野跑不需要任何路标和指引,对环境伤害基本降到零。”举办方把节省下的人力和物力转化成了赛后丰盛的自助餐和一件贴心温暖的完赛服,这样的做法也得到了董磊等很多跑友的高度认可。如果说欠缺,董磊认为也是有的——对于追求成绩和名次的选手来说,在山上快速奔跑的同时不停拿出手机来看路径是一个安全隐患。

通讯员 赵颖 记者 沈志军

2016 纽崔莱健康跑快乐开跑 在现场万余人的见证下一个帅哥向相恋十年的女神求了婚

记者 袁南艳 摄影 许康平

本报讯 天气不太美丽,但心情很美好!由杭州市体育局主办、杭州体育发展集团承办,由安利(中国)日用品有限公司冠名赞助、浙江省青少年发展基金会协办的2016 杭州市安利纽崔莱健康跑,昨天上午在黄龙体育中心快乐开跑。

清晨7点不到,天空飘着细雨,室外温度仅7℃,尽管老天爷不太给力,黄龙体育中心西侧却已人头攒动。正如安利(中国)日用品有限公司浙江分公司总监朱炼所说的:“健康跑是一项不分年龄和性别、无门槛的全民参与的健身活动。希望更多市民在活动中跑出快乐,跑出健康,也献出爱心!”今年是纽崔莱健康跑连续第十三年在杭州举行,吸引上万杭州市民参与。跑步路线安排在“中国最美跑步路线”,途经求是路、曙光路、保俶路、白堤。一路风景怡人,大家在挥洒汗水享受运动快乐的同时,近距离欣赏西湖美景。

昨天,健康跑还成为一对情侣的纪念日。何文伟和他的同事,用几天时间精心策划了一场求婚仪式。在黄龙体育中心,小何向相恋十年的女友小黎单膝下跪,听到了他最想听到的那三个字“我愿意”。“她就是我的女神!我就想在婚前给她一场特殊的仪式,一个小小的惊喜。我们俩毕业8年了,纽崔莱健康跑路线长度刚好8公里,特别有纪念意义!”小何说话时还紧紧地牵着女朋友的手,两人你看看我,我看看你。

纽崔莱健康跑不仅仅是一场全民健身跑,随后的嘉年

华和爱心义卖更是广大跑友期待的环节。美女小柴和姐姐一起报的名,昨天早早就跑进黄龙内场。记者看到她们时,姐妹俩正一前一后地操控着两根超长木杆,三下两下就默契地夹起了巨型骰子。“听说除了跑步还有嘉年华,游戏特别丰富,我们就来了。”妹妹一脸兴奋地说。现场主办方共设置了14个互动游戏环节,冲吧,战火金刚、大手投篮、亲密无间等最受大家欢迎,周围一圈围满了人。

爱心义卖一直是纽崔莱健康跑保留的一大亮点。早餐套餐一份15元,暖暖的针织围巾一条25元,旅行茶具十件套35元,品牌运动袜25元三双……昨天义卖区依旧人气爆棚,现场有超过3000件商品摆出来义卖,所得款项用于推进我省山区、海岛、边远地区教育事业的发展。跑友们奉献了爱心,还把满满的实惠带回家。

有爱有健康,明年纽崔莱健康跑,还约不?



跑友们在中国最美跑步路线上纵情奔跑

今日直播赛事推荐

NBA 常规赛	11:30 勇士-森林狼	CCTV-5
足协杯决赛-第二回合	19:00 江苏苏宁-广州恒大	CCTV-5
CBA 常规赛	19:35 浙江稠州-浙江广厦	HTV-5
看点:本赛季第一回合浙江德比,谁能笑到最后? 广厦如果失利,可能就将让出积分榜榜首宝座。		
英超第13轮	28日0:30 曼联-西汉姆联	CCTV-5

体彩大乐透							
第 16139 期			全国投注总额: 200772078 元				
开奖号码	13	21	30	31	35	+ 01 08	
奖级	全国中奖注数	每注奖金 (元)	中奖条件				
一等奖	基本投注	1	10000000	●●●●●+○			
	追加投注	0	0				
二等奖	基本投注	42	225438	●●●●●+○			
	追加投注	16	135262				
三等奖	基本投注	504	7554	●●●●●+○ 或 ●●●●●+○			
	追加投注	158	4532				
四等奖	基本投注	21410	200	●●●●●+○ 或 ●●●●●+○			
	追加投注	6725	100				
五等奖	基本投注	449471	10	●●●●●+○ 或 ●●●●●+○			
	追加投注	150011	5				
六等奖	4710661	5	●●●●●+○ 或 ●●●●●+○				
兑奖有效期: 自 11 月 27 日起 60 个自然日。							
本期累积奖金总额 386495.8511 万元全额滚入下期。							
本信息如与公证开奖结果不符, 以后者为准。							
更多信息查询: 浙江体彩彩票网 http://www.zjlottery.com							
2016 年 11 月 26 日							

体彩20选5				
浙江第 16324 期		总投注额: 177064 元		
中奖号码	02	04	11	16 18
中獎簡單 無需排序				
●代表中獎號碼				
獎級	中獎注數	每注獎金(元)	中獎條件	
一等獎	4	6714	●●●●●	
二等獎	535	50	●●●●●	
三等獎	6631	5	●●●	
兌獎有效期: 自11月27日起60個自然日。				
本信息如与公证开奖结果不符, 以后者为准。				
更多信息查询: 浙江体彩网 http://www.zjlottery.com				
2016年11月26日				

体彩排列3排列5				
第16324期	浙江排列3总投注额:1273676元			
	全国排列3总投注额:8769826元			
	排列3滚入下期奖池:526.4823万元			
	排列5滚入下期奖池:29804.2877万元			
开奖号码	1 7 3 7 4			
(前3位为排列3)				
奖项	中奖注数		每注奖金	
排列3直选	597注		1040元	
排列3组选3	0注		346元	
排列3组选6	717注		173元	
排列5(全国)	14注		100000元	
兑奖有效期:自11月27日起60个自然日。				
本信息如与公证开奖结果不符,以后者为准。				
更多信息查询:浙江体彩网 http://www.zjlottery.com				
2016年11月26日				

足球彩票(4场进球游戏)				
第16185期 全国总投注额:332242元 浙江省投注额:11528元				
球队	阿贾克斯	桑德	特鲁瓦	克莱蒙
进球数	0	1	1	0
开奖结果	0	1	1	0
奖金	中8队	3注	0注	70878元
兑奖有效期:自11月27日起60个自然日。本信息如与公证开奖结果不符,以后者为准。更多信息查询:浙江体彩网http://www.zjlottery.com 2016年11月26日				

中国足球彩票(胜负彩)				
第16180期 14场:全国总投注额:14326022元 浙江省投注额:949806元 任选9场:全国总投注额:12473430元 浙江省投注额:828756元				
主队	申花	鲁能	恒大	国安
客队	绿城	建业	富力	泰达
开奖结果	0	1	1	3
奖金	中14场	6注	1注	4014584元
奖金	中13场	149注	13注	18460元
奖金	中12场	1084注	79注	7364元
兑奖有效期:自11月27日起60个自然日。本信息如与公证开奖结果不符,以后者为准。更多信息查询:浙江体彩网http://www.zjlottery.com 2016年11月26日				

足彩6场半全场胜负游戏				
第16185期 全国总投注额:21170元 浙江省投注额:592元				
主队	阿贾克斯	桑德	特鲁瓦	克莱蒙
客队	绿城	建业	富力	泰达
开奖结果	1	0	3	3
奖金	中12个结果	0注	0注	0元
兑奖有效期:自11月27日起60个自然日。本期1.3548万元奖金滚入下期一等奖基金。本信息如与公证开奖结果不符,以后者为准。更多信息查询:浙江体彩网http://www.zjlottery.com 2016年11月26日				