



直面自己的肉肉吧！ “1717”西湖边有场光猪跑

今年三十多个女生勇敢报名

跑步“老司机”建议：想抢镜，三分短裤是标配

2017年1月7日,“1717”下午2点,如果你路过西湖,看到一群光着膀子、穿着短裤的汉子,只穿运动胸衣+短裤的妹子在跑步,不必惊叹,不要怀疑,他们一点都不冷!

全民健身的时代全世界有各种跑跑跑,马拉松、彩色跑、家庭跑、情侣跑、变装跑……每一项跑步都具有非凡的人生意义!而一到冬天,有一种“裸跑”似乎更是风靡着全球各地,这种跑法有一个非常“应景”的名字,叫做“光猪跑”。“1717”这天,200多个“骚年”将要开启第三届杭州光猪跑,这项在国外很流行的冬日运动已逐渐渗透进杭州人的生活中,提倡的是绿色健康的生活方式。

一个北方爷们

给南方跑友带来一项特殊赛事

不少北方城市,光猪跑已经流行一段时间了,基本都有5年以上历史。不过在杭州,即将开始的也才第三届。虽说每年杭州的腊月里气温不至于降到0℃以下,可是那种没太阳又吹风的冷飕飕真是直刺到骨子里,保暖内衣+羊绒衫+羽绒服都觉得不够暖和,这要光膀子在露天里晃悠,光想得起鸡皮疙瘩。

“哈哈,可能我是北方人的缘故,在我们那片,就算冬天,从小赤膊跑步也是比较平常的事情。踢球的时候也会赤膊,不会觉得害羞啊。”阿仲是杭州跑步者联盟的负责人,也是杭州光猪跑的发起人,2005年开始跑步的他一直把健身跑当做爱好,每个月跑量不到100公里。

2006年来杭州工作后,阿仲也就在自家小区里跑上几圈,距离不长,一般两三公里完事儿。2013年,通过跑友的介绍,阿仲加入了杭州跑步联盟,第二年年初当上管理员,当年年底就成为了团长。现在回想起办光猪跑的事儿,阿仲笑言那真是很偶然的一个提议:“那时候跑团要办年会,大家闲聊时聊起,跑团团长、管理员各出一个节目。管理员嘛害羞,那就干脆我带个头吧。可我不会唱歌也不会跳舞,索性就说在西湖边赤膊跑一圈,愿意的小伙伴可以一起参加。”

年会的时间正好是农历新年之前,也是杭州比较冷的时候,报名一推出,就有百来位小伙伴响应,其中有3个妹子,“姑娘都是北方人,个性比较外向吧。其他女孩还是害羞,觉得自己有小肚腩,就不想报名。”阿仲说。



光猪跑推荐装

三分短裤

。



往年的杭州光猪跑“惊艳了整座断桥”。 图片由受访者提供

“光猪”队伍惊艳了整座断桥 今年妹子特别多

活动当天,百来号勇士赤膊上身齐聚在西湖边,有的在肚子上画了可爱猪猪,有的在脸上涂了油彩,还有的自己制作帽子、斗篷等装备,大伙一齐热身的时候就引来众多游客围观。热身完毕,“光猪”队伍一路往断桥进发,“那真是惊艳了整座断桥啊,游客全部尖叫,给我们加油。前2公里是集体跑,很有气势。”回想起首届杭州光猪跑的场景,阿仲的语气里仍充满了自豪骄傲。

去年,正好碰上下雨天,空气更阴冷了!可第二届杭州光猪跑还是热热闹闹地跑开了,年纪最大的大爷已经70多岁,还有10多个女生参加,不乏南方姑娘。妹子们认为,身材不一定出色,不是非要秀马甲线、人鱼线,敢于直面自己的肥肉,勇气也可嘉。“今年活动到目前为止已经有30多个女生生了。光猪跑正在慢慢被女孩子们接受。”阿仲说。

光猪跑不得不提的就是装备。“请大家听跑步老司机给的中肯建议,要穿三分短裤。”阿仲说的三分短裤,我第一反应成了长3厘米的短裤,直接震惊了,那得有多短?

“三分短裤一般就是到大腿中上部的长度,可参考那些专业长跑运动员穿的。女生么上身穿运动胸衣。”阿仲表示,在国外,不少选手直接穿三角内裤上阵,一些光猪跑主办方对短裤长度是有规定的,杭州光猪跑则没有那么严苛,但是从外形美观来说,还是要听老司机的啊。“前两届也有跑友直接穿着篮球裤就来了。不说是不会影响跑步姿势,最直观的问题是,显得腿短,而且你会发现这一场活动下来你所有的照片里,腿都很短……”

通常杭州光猪跑的时间都安排在元旦后的第一个周末,这回碰上“1717”纯属个顺,“风雨无阻,下午2点,就在老地方集合啊!”

【数据】

跑跑跑 2016年杭州办了69场户外赛事

2016年只剩最后两天,回望这一整年,杭州小伙伴完全停不下来跑跑跑、走走的节奏啊!

2016年杭州共举办了**69场**户外赛事,这占到了浙江省户外赛事的三分之一左右。

大杭州范围内的区县市中,**西湖区**举办的比赛最多,达到**31场**,这可是逼近一半的节奏。

全年12个月,**10月**和**11月**最忙,分别举办了16场和10场赛事。

规模在千人以上的比赛达到**19场**,最热闹的当然是杭州马拉松(3.2万人)啦,还有国际(杭州)毅行大会(1.5万人)。

距离在50公里以上的越野、路跑有**15场**,跑圈大神多,真是能跑!全马已经满足不了人类了!

注:以上数据截至2016年12月28日,数据来源为浙江省体育竞赛中心,最终数据以发布为准。



全年69场户外赛事,平均下来每周都有比赛。 摄影 许康平

中国体育彩票排列3第16357期开奖公告			
开奖日期:2016年12月29日 本期浙江销售金额:1,307,178元			
本期开奖号码:2 2 2			
本期中奖情况			
投注方式	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
直选	943注	1,040元	980,720元
组选3	0注	346元	0元
组选6	0注	173元	0元
合计	943注	...	980,720元
本期兑奖截止日为2017年2月27日,逾期作弃奖处理。			

中国体育彩票排列5第16357期开奖公告			
开奖日期:2016年12月29日 本期全国销售金额:9,538,386元			
本期开奖号码:2 2 2 1 7			
本期中奖情况			
奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	120注	100,000元	12,000,000元
合计	120注	...	12,000,000元
284,578,962.42元奖金滚入下期奖池。 本期兑奖截止日为2017年2月27日,逾期作弃奖处理。			

中国体育彩票浙江省20选5第16357期开奖公告		
开奖日期:2016年12月29日 本期销售金额:193,376元 本期开奖号码:02 05 09 10 17 本期出球顺序:05 17 09 02 10		
本期中奖情况		
奖级	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	5注	8908元
二等奖	395注	50元
三等奖	6092注	5元
本期一等奖出自:杭州(1注)、宁波(1注)、温州(2注)、丽水(1注)。 0.00元奖金滚入下期奖池。 本期兑奖截止日为2017年2月27日,逾期作弃奖处理。		