

天津两协会就海河跳水发倡议： 别因“野跳”造成安全事故和身体损伤

新华社天津9月6日电(记者张泽伟)近期,“天津大爷”海河跳水火爆出圈,被戏称为“8A级景点”,越来越多的人前往狮子林桥体验跳水。对此,天津市游泳运动协会、天津市健康教育协会6日联合发出倡议称,跳水运动具有相当的专业性和危险性,不要因“野跳”造成安全事故和身体损伤。

倡议书说,狮子林桥跳水火爆,体现了大家对天津这座城市的喜爱和对跳水运动的热情,但也发现很多参与者并无跳水经验,甚至不会游泳,未经训练和准备就从桥上纵身跃下。对此,运动医学专家认为,虽然跳水运动观赏性很强,但绝非普适运动,具有相当的专业性和危险性。跳水时,因高速撞击水面,对身体的冲击力巨大,以七米跳台为例,入水瞬间水的冲击力约为人体体重的数倍,即使是专业运动员,肌肉拉伤、颈椎损伤也比较常见。近期确有个别人员跟风跳水,导致受伤送医治疗。

为此,天津市游泳运动协会、天津市

健康教育协会发出如下倡议:

一要充分了解自身健康状况,科学选择适合的运动项目,避免造成身体损伤。例如,脑血管疾病、高血压患者跳水可能引发脑出血,高度近视患者可能出现视网膜脱落等伤害。

二要选择正规运动场馆,不要去自然水域特别是不熟悉的自然水域“野跳”,避免因水质、温差、水草、砂石、暗流等造成伤害。

三要在运动前慎重评估自己的健康状况。跳水这类对心肺功能、肌肉力量、协调平衡能力等方面要求都很高的运动,如参与应遵从医生和运动专业人士建议,切忌不顾身体状况盲目跟风。

四要确保跳水现场有保障人员和相关救援设施,一旦发生危险,便于及时施救。

最后,切记不要饮酒后游泳、跳水。

倡议书说,中秋、国庆双节将至,天气转凉,室外水温已不再适合普通群众游泳、跳水。希望大家科学运动、文明健身,做自己健康和安全的责任人,通过科学锻炼获得强健体魄。

▶8月29日,天津海河上,一位“大爷”从狮子林桥,跳入水中。新华社记者孙凡越摄



逐浪观史,品逛城市

——沈阳以赛为媒奏文体旅融合新乐章



9月2日,第六届沈阳赛艇公开赛在被誉为“中国最美城市静水赛道”的浑河水域开赛,来自世界各地30余支队伍的400余名运动员、教练员参赛。新华社记者陈为摄

新华社沈阳9月6日电 浑河开桨逐浪、观游故宫旧居、吃完烧烤洗浴——这是国内外赛艇青年来到辽宁省沈阳市“打卡”的三部曲。丰富的活动接地气、连古今,奏出文体旅融合的休闲乐章。

日前落幕的第六届沈阳赛艇公开赛上,来自国内外的30余支赛艇队伍,共计400余名教练员和运动员在浑河赛道挥桨竞渡。“不仅水面很平静,而且两岸景色优美。沈阳观众都特别热情,当我们冲过终点时还为我们送上掌声。”新西兰奥塔哥大学队队员汉娜说。

沈阳,沈水之阳,这座因地处沈水(浑河)之北而得名的古城离不开水;横穿中心城区的赛道是集生态景观、人文胜景、标志性建筑于一体的文化廊道,聚集了众多赛艇爱好者,也划出了东京奥运会赛艇女子四人双桨金牌得主崔晓桐。

本次比赛中,同济大学世联行赛艇会的24位运动员远道而来,斩获6枚奖牌。队员方梓纯认为,比起竞技味,这场比赛的文化味更浓。“比赛是检验暑期训练成果的机会,也是吃烧烤、泡澡,做一次‘东北人’的机会。”

把参与赛艇赛事当作感受东北文化的契机,正成为一种风尚。

“办赛6年来,沈阳市赛艇运动蓬勃发展,逐渐成为沈城市民热衷的休闲运动之一。”赛事组委会负责人隋

青杨介绍。

宽水域、静水道、好风光,良好的住宿和交通条件,这是同济大学世联行赛艇会“看中”沈阳、来此开展暑期训练的主要原因。在为期28天的训练中,有不少像方梓纯一样的外地大学生走入洗浴中心,体验冲、泡、蒸、搓四道工序;晚上则坐在路边摊,感受这座名副其实的烧烤不夜城。

早在7200年前,沿浑河而居的新乐人已经以炙肉为食,沈阳人对烧烤的爱刻在了骨子里。一边品鉴美食,一边欣赏比赛,是烧烤、小吃、饮品遍布的“浑河外滩”市集上的“新玩法”。不少烧烤摊主表示:“赛艇比赛办得热闹,生意也红火。”这条“中国最美城市静水赛道”擦亮了城市的夜经济品牌。

消费回暖的“烟火气”也惠及沈阳特色夜生活的另一个文化符号——洗浴文化。在手机应用上搜索“沈阳洗浴中心”,约有4.5万个结果。天眼查数据统计,目前沈阳洗浴相关企业超过2800家,约占整个东三省洗浴相关企业总量的9%。传统洗浴、汗蒸项目,配上书店、海鲜自助等综合业态,有效带动了东北休闲经济的快速发展。

除了撸串和洗浴,来自新西兰奥塔哥大学、澳大利亚悉尼大学、韩国高丽大学和清华大学的23位赛艇运

动员在完赛后第二天开启沈城漫游。

“我们根据历史沉淀、时代特色和故事性,制定了‘故宫-张学良故居-老边饺子馆-辽宁大学’的旅游线路,带首次来沈的国内外赛艇运动员打卡地标建筑,感受沈城的美食和风情。”沈阳国际赛艇中心政企部部长李岚说。

沈阳故宫的红墙砖瓦记录着努尔哈赤和皇太极长风猎猎铁骑哒哒的剽悍和骁勇,也用“龙”型工艺品、印章本、国潮风冰激凌等文创产品获得赛艇运动员的青睐。令清华大学赛艇队队员彭翠仪印象最深刻的是具有满族特色的火炕、火地。她感叹:“这是古人的御寒智慧。”

张学良将军的官邸和私宅,至今已走过百年风雨。在这座中西融合、美感十足的建筑前,赛艇运动员们合影留念。

在老边饺子馆,不少国外运动员第一次学用筷子,品尝茴香味蒸饺;在辽宁大学篮球场、赛艇训练中心,他们和隔壁航道的对手重逢,相约再回沈水之畔,观赏非赛时“浑河晚渡”的盛景。

颁奖仪式后,华晨宝马赛艇队队员尤利娅戴着女子双人双桨冠军奖牌走出沈阳国际赛艇中心,“一河两岸”点起万盏霓虹,叶叶轻舟荡漾。赛前和赛后,这名俄罗斯姑娘对许多外国运动员说了很多次“Welcome to Shenyang(欢迎来到沈阳)”。来沈工作多年,她称自己为“东道主”。

“早上迎来朝阳,晚上遥望霓虹,赛艇是一种生活。”尤利娅常常感叹不同时段的赛道美景。她说:“赛艇像开车一样,多练习就能做好。不过开车会堵车,赛艇很自由。”

彭翠仪在朋友圈总结了本次沈阳之旅:“在沈阳,比了赛艇,逛了故宫,吃了烧烤,尝了东北菜,逛了早市,买了十斤大饼……”她说:“每一位赛艇运动员的文旅体验都能形成一种辐射,带给更多人不同视角的感受。”

以城市为名开展赛艇赛事,为赛艇运动注入城市文旅基因,照应青年一代的需求与理念,辽沈大地奏响文体旅融合发展新乐章。

张逸飞、刘艺淳