

春光正好

全民健身热潮 涌动义乌



一周镜像

春日的义乌,处处洋溢着生机与活力。随着天气转暖,全民健身的热潮正在这座城市悄然兴起,从大山古道到城市公园,从江滨绿廊到体育场馆,随处可见运动者的身影。

清晨,八岭坑古道上已有不少徒步登山
的市民,这是义乌市境内十大古道之一,沿着蜿蜒崎岖山路,石阶掩映在苍翠的山林间,空

气中弥漫着草木清香。人们三五成群,呼吸着新鲜空气,沿着古道拾级而上,在运动中感受春天的宁静与美好。

梅湖体育中心更是热闹非凡。晨跑的人们迎着朝阳,在跑道上挥洒汗水;一旁的宽大露台上,一群太极拳爱好者身着练功服,动作舒缓流畅,一招一式尽显从容。不远处的运动场馆里,女子们正在进行塑形训练,尽显力量之美。

农历节气春分之后,义乌植物园成了骑行和散步的好去处。春风拂面,花香四溢,人们或骑车穿行于林荫小道,或漫步在花海之间,享受运动带来的惬意。而义乌江上则是另一番景象——色彩鲜艳的皮划艇在碧波上穿梭,划桨

激起的水花在阳光下闪闪发光,为春日的江景增添了动感与活力。

在双江湖环湖湿地公园,舞蹈爱好者正伴随着动感的音乐尽情舞动,他们充满活力的身影吸引了不少路人驻足观看。绣湖公园的绿地上,人们或在草地上做瑜伽,或沿着湖边慢跑,在自然中放松身心。

从传统的太极拳到时尚的街舞,从户外的徒步骑行到场馆内的力量训练,市民们以多种方式拥抱春天、拥抱健康。这股健身热潮,不仅展现了积极向上的精神风貌,更让这座城市在春日里焕发出勃勃生机。全民健身,正成为义乌春日里最美的风景线。

全媒体记者 吕斌 文/摄



清晨时分,一位正在做伸展运动的市民。



在梅湖体育中心,奔跑中的市民晨跑团。



春日里,户外徒步成了不少市民运动休闲的首选。



梅湖体育中心足球场,足球队员们正全力拼抢。



两位热爱运动的中年男女正在进行街舞现场直播。



太极拳爱好者正在晨练。



八岭坑古道上的登山爱好者们。



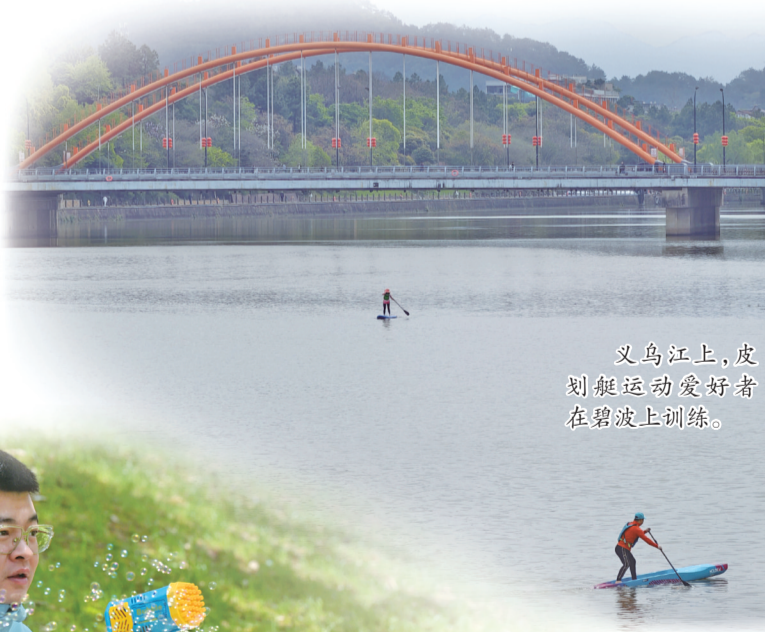
塑形运动训练。 运动前的压腿热身。



春分节气之后,义乌植物园成了市民散步休闲的好去处。



市民骑车经过油菜花田。



义乌江上,皮划艇运动爱好者在碧波上训练。



骑行爱好者在骑行。



市民在进行铁球项目运动。



正在进行杠铃锻炼的女子,尽显力量之美。



春光正好,家长带着孩子尽情在户外玩耍。