

“跑进廊桥·跑过你”

2019 庆元廊桥国际越野赛完美收官

近 2700 名选手畅跑于绿水青山中



记者 陈炜 通讯员 高一平 沈亮 摄

□ 记者 庄嘯 通讯员 刘健

本报讯 经历了 14 个小时的奔跑,随着选手叶伟豪的最终撞线,昨日中午,历时两天的 2019 庆元廊桥国际越野赛完美收官,近 2700 名国内外选手在奔跑中体验到了庆元的廊桥文化,感受到了庆元的绿水青山。

庆元是享誉国际的“中国廊桥之乡”,革命战争年代,廊桥曾是传递战斗信息、秘密发展组织的据点,廊桥也是当地有名的红桥。此次越野赛以“跑进廊桥·跑过你”为主题,共设置了 65 公里如龙桥组(两日)、35 公里兰溪桥组等赛事。

上周六一早,在庆元县城市民广场,来自英国、法国等 52 个国家的 145 名专业组外籍运动员,以及国内专业组和非专业组的 2500 余名选手,让这届赛事

在参赛人数和规模上再创新高。

“这次创造了我近期的最好成绩,沿途的环境真好,大大帮助了我的发挥。”仅用时 47 分钟,男子 12 公里组冠军李长宽不停地点赞本次赛道。

在组委会的安排下,这届比赛的线路不仅串起了多座古廊桥,也借助古道、古村落完美地呈现了中国生态第一县的独特风情。

上周六晚的月山村里“乡村春晚展演”“百家宴”“庆元十大碗”等特色节目也轮番上场,为选手们带来一场原汁原味的乡村文化旅游嘉年华,非遗传承展上的“木拱桥传统营造技艺”更是全面展示了庆元的廊桥文化。

据了解,这届赛事是华东地区今年第一个多日国际越野赛,赛事已连续举办两年,影响力逐步提高。庆元将借助这次赛事进一步推动全民健身的热潮。

2019 年丽水市第十一届“富力特杯”羽毛球双打精英赛昨日闭幕

□ 记者 刘烨恒

本报讯 在刚刚过去的周末,2019 年丽水市第十一届“富力特杯”羽毛球双打精英赛,在市体育中心体育馆举行。

本次比赛由丽水市体育总会主办,丽水市羽毛球协会承办。比赛共设置了五个组别,分别为男子双打 A、B 组、女子双打、男女混合双打以及中年组男子双打。来自各县(市、区)多家学校,以及羽毛球俱乐部的共 240 余名羽毛球爱好者,在两天内进行了 300 多场对决。

昨天上午,比赛进入了最后的决赛阶段。进入前八名的选手们,面临着 31 分一局决胜的赛

制,每一位选手都在为更进一步而努力着。赛场上,选手们时而跳起扣杀,时而飞身救球;赛场边,每一块场地周围都围满了观众们,大家目不转睛地关注着赛况,不时为精彩的比赛鼓掌喝彩。

“这次比赛大家都打得很爽。”来自市区“空军”俱乐部的羽毛球爱好者管洋说,加起来不到 24 小时的紧凑赛程,让每一位选手都觉得很过瘾。

经过激烈角逐,管洋、陈丹丹获得男女混合双打冠军;赵伟、叶巧勇获得中年组男子双打冠军;管洋、程诗尧获得了男子双打 A 组冠军;张国光、张龙斌获得男子双打 B 组冠军;严志芬、陆畅获得女子双打冠军。

招聘启事

丽水日报社缙云县发行站因业务发展需要,需招聘备用发行员若干名。要求:年龄在 50 周岁左右,初中文化程度以上,能吃苦耐劳,有较强的责任心,工资按件计酬。欢迎有意者来站报名应聘。

报名地址:缙云县城大桥西路 9 号丽水日报缙云发行站。

报名电话:0578-3131954、3140077。

7000 名阅读者同读一本书

2019 长三角地区阅读马拉松大赛周六举行

□ 记者 刘烨恒 文/图

本报讯 5 月 25 日,2019 长三角地区阅读马拉松大赛正式开赛。6 个小时,27 万字,在此次比赛中市区的两个场地——丽水市图书馆、莲都区图书馆,选手们开启了一场阅读盛宴。

阅读马拉松是个人专注力与意志力的终极挑战,是中国原创的阅读推广活动,目前已经成为世界规模最大的阅读推广赛事。参赛选手们要在 6 小时内以集体阅读的方式,完成一本尚未上市的新书阅读,然后进行阅读质量检验,达到测试成绩以上即完成比赛。

本次赛事由上海图书馆、浙江图书馆、南京图书馆、阅读马拉松大赛组委会共同主办,江、浙、沪、皖四省 115 个赛点同时开赛。

整个长三角地区共吸引了 1400 支团队、7000 余名选手来参加阅读马拉松,其中市区两个比赛场地共有 20 支队伍、100 名选手参赛。

“今年是我们市图书馆首次加入到长三角地区阅读马拉松的比赛中,报名通道开启后,很快名额就被报满了。”市图书馆读者推广部主任叶慧玲告诉记者。



本次阅读马拉松比赛参赛选手,年龄限制在 14-65 周岁,14 周岁的吴琦是我市赛场上最年幼的选手之一。“这已经不是我第一次参加阅读马拉松比赛了。”在市实验学校读初二的吴琦在 3 年前就跟随着父亲,挑战了市图书馆举办的首届阅读马拉松比赛。

周六上午 10 点,阅读马拉松四省所有赛点同时开赛,选手们专注地阅读着。今年长三角阅读马拉松大赛的比赛用书,为美国作家詹姆斯·卡斯汀著的《寻找宜居行星》。

本次比赛中,丽水市图书馆、莲都区图书馆二十支队伍共 100 名阅读者完成阅读马拉松挑战。全市范围内,共 74 支队伍 400 名阅读者参赛。其中我市有 16 支队伍进入长三角地区团队前 200 名,13 名阅读者进入长三角地区个人前 200 名。

应急 安全提示

商场遇到火灾时如何自救

商场人员密度大、物品摆放比较密集,一旦发生火灾,不仅蔓延速度快,还会产生大量的烟雾和有毒气体,同时,商场内部复杂的结构也增加了商场火灾的危险性和疏散的困难度。在商场遇到火灾时,我们应该如何自救呢?

商场火灾的特点

1.人员聚集,流动量大,疏散困难
大型商场人员十分密集,各类人员消防安全素质良莠不齐,发生火灾后容易产生恐慌情绪,进而引发骚乱。

2. 商场的建筑结构容易造成火势蔓延

商场营业面积大,并且每层空间上下连通,防火分隔困难。同时,商场经营的商品大部分是可燃物品,一旦失火,就会迅速蔓延。

逃生注意事项

1.每个商场都按规定设有安全出口,发生火灾后,尤其是火势初起,这些室内楼梯都是逃生的最佳通道。在楼梯疏散时,不要拥挤,要有序疏散,以免人群拥挤慌乱造成摔伤或踩踏。

2.在人群骚动时,脚下一定要注意,千万不能被绊倒,避免自己成为拥挤踩踏事件的诱发因素。若你身不由己被裹入拥挤的人群中,一定要保持镇静,不要乱喊乱叫,不要推搡他人;最好抱住坚固物体,等待时机脱险;巧用臂力,为自己撑开胸前的空间。



3.如果发现疏散通道烟雾较大或者已被阻塞,应立即选择其他路径。同时,绝不能乘坐升降电梯或逃生,因为发生火灾时,停电时有发生,无法保证电梯的正常运行。一旦停电,电梯卡住,人被闷在电梯里,后果不堪设想。

4.在逃生途中,如果烟气特别浓而感到呼吸困难,可贴近墙边爬行。如果在楼道内,可采取脚朝下、头朝上、脸贴近楼梯两台阶之间形成的直角处的姿势,向下爬行,这样可以呼吸到较新鲜的空气,有利于安全逃生。

5.商场内可燃物较多,火灾发生后,火势蔓延快,产烟量大。在紧急情况下,可利用身边的衣服、领带、毛巾、口罩、纸巾或者其他可利用的东西来捂住口鼻,并尽量降低行走姿势,以免烟气进入呼吸道。可以用绳索、床单、窗帘等做成逃生工具,帮助自己滑至地面或者较低楼层。