

□ 记者 江锐

魅力夏日,乐动红山……6月27日~28日,第二届长三角运动休闲体验季第七站在江苏省仪征进行。虽然由于天气的原因,来自安徽、浙江、上海、江苏的户外休闲运动爱好者,与“海陆空”全体验擦肩而过,但大家还是积极参与了山地卡丁车体验,而且还亲自上场进行了龙舟角逐。



别开生面的龙舟比赛

体育旅游 完美结合

2015长三角运动休闲体验季第七站走进仪征

体验内容丰富多彩

挖掘长三角的运动休闲资源,乐动小城仪征是不可错过的一站。根据之前的活动安排,在两天一夜的仪征站活动中,来自浙江、上海、江苏、安徽的户外运动爱好者将亲自体验空中滑翔伞、卡丁车、CS真人战、冲锋舟等项目,同时,还能观看越野车表演、皮划艇花式表演、西部马术表演,并为江苏省仪征龙舟公开赛助阵,是名副其实的“海陆空”全体验。

不过,天公不作美,这两天仪征一直下着大雨,这些都是室外开展的活动,不得不取消。

“前几站活动,由于学习紧张,一直没有报名参加。这次好不容易有时间,而且报上了名,来之前做了充分的准备,很

遗憾活动‘海陆空’全体验取消了。真是不走运。”来自浙江的女孩张雪勤目前还是大二学生,没能参与全体验,对于她来说确实有些遗憾。

“为了安全需要,下雨被动取消了全体验,我能接受。明年有机会,我还会来的。”江苏的陶晓伟告诉记者。

值得一提的是,虽然江苏省仪征龙舟公开赛延期,但主办方还是利用短暂的雨停间隙,举行了一场别开生面的龙舟比赛,参赛四支队伍由三省一市各选队员组成,结果安徽队以较大的优势夺得冠军。

体育旅游蓬勃发展

据仪征体育部门的相关负责人介绍,仪征的自行车公开赛、龙舟邀请赛、国际车马旅游文化艺术节等都已经成为品牌

赛事,“红山体育公园、青马车寨汽摩马业基地的运动项目,就是结合了生态体验与运动休闲,是仪征的旅游名片。”

近年来,仪征抢抓宁镇扬同城化的机遇,以省级生态旅游度假区枣林湾为依托,以主题活动为载体,以个性特色为亮点,将山水资源、旅游项目、传统文化、体育赛事等方面结合,合力打造“花语茶香乐动仪征”休闲品牌。多次成功举办健身长跑活动、国际象棋公开赛、自行车公开赛、龙舟邀请赛、国际车马旅游文化艺术节等品牌赛事。红山体育公园、青马车寨汽摩马业基地等集生态体验与运动休闲为一体的特色体育旅游项目蓬勃发展,在全国独树一帜,深受户外运动爱好者的欢迎。运动休闲健身已经成为仪征对外展示特色旅游名片。

盛夏锻炼五禁忌

1、忌在强光下锻炼:中午前后,烈日当空,气温最高。除游泳外,忌在此时锻炼,谨防中暑。

2、忌锻炼时间过长:一次锻炼时间不宜过长,20~30分钟为宜,以免出汗过多、体温上升过高而引起中暑。

3、忌锻炼后大量饮水:夏季锻炼出汗多,如这时大量饮水,会给血液循环系统、消化系统,特别是心脏增加负担。同时,饮水会使出汗更多,盐分则进一步丢失,从而引起痉挛、抽筋等症状。

4、忌锻炼后立即洗冷水澡:因为夏季锻炼体内热量增加,皮肤的毛细血管也大量扩张以利于身体散热。突然过冷刺激会使体表已开放的毛孔突然关闭,造成身体内脏器官紊乱,大脑体温调节失常,以致生病。

5、忌锻炼后大量吃冷饮:体育锻炼可使大量血液涌向肌肉和体表,而消化系统则处于相对贫血状态。大量的冷饮不仅降低了胃的温度,而且也冲淡了胃液,轻则可引起消化不良,重则会导致急性胃炎。



10元“换来”10万元 准爸爸有了“天使基金”

星报讯(杨欢欢)近日,大乐透15059期开奖,蚌埠彩民小张10元中了10万元!这可给准爸爸的小天使送来了成长基金喽!

小张可是个标准的“乐透迷”,每期必买,基本是花10元随机5注。自大乐透派奖开始后,又恰逢老婆在待产,“人逢喜事精神爽”,当天,他照常花了10元买了5注大乐透,不过却没少花心思,前两注是他和媳妇两人生日号和结婚纪念日等的自由组合,后三注是随机的。当晚开奖号码为“07、09、19、23、32+01、03”。没想到前

两注都中了,第一注中了5+1,第二注中了3+1。想着中了二等奖,小张激动不已;想着即将出生的宝宝,小张欣喜若狂;想着正在待产的妻子,小张强压住喜悦……

冷静过后,第二天小张就火速前往蚌埠体彩分中心领奖了。拿到奖金,小张激动地说这可以作为宝宝部分的成长基金了,美其名曰:“天使基金”。小张表示将会一直守着这个号,这个带他们一家人幸运与快乐、希望与喜悦的号码,也是表达着对家人的爱。

竞彩普及日,全椒彩民中奖多

星报讯(张仁仙)近日,日本联赛杯,全椒县22002号站的彩民小王(化姓)以百元小单5串1博中4000多元,彩民小张(化姓)以几十元小单博中2000多元,像这样的故事在竞彩普及日期间,该彩站几乎天天上演,特别在冷门选出的周末联赛中,

这帮80、90后的年轻人,能轻松博冷曾拿下过万元大奖。他们中的小张对日乙联赛有独到见解,曾半全场打出1比29的高赔赢得众人青睐。特别是小王,从球队的历史战绩到近期动态他无一不晓,彩民们送他一个“技术帝”称号可谓实至名归!

大乐透彩票狂送3.6亿

500万 头奖 2400万!

当前奖池: 1369791223元 (目前中国彩市第一)

第 15074 期, 开奖号码: 01、12、21、27、33+04、09

全国中出一等奖 0 注, 其中追加 0 注。大奖出自

大乐透开奖日期: 周一、周三、周六

听君一席话 喜中10万元

星报讯(付滨卿)最近阜阳市体彩17037号网点的彩民们,总是在议论店里刚刚中得的10万元大奖。中奖的姜先生是店里的老彩民了,平时就十分喜欢购买“排列五”,按他的话说,“排列5奖金可观,中奖率却是同级别奖金中最高的,性价比很高啊。”

当日,姜先生来到店里,经过仔细研究走势图后,姜先生以头两位的“5、1”做胆排出了几注号码,在进行投注的时候,网点的曹老板说:“我今天感觉百位的2和个位的8比较好。”说者无意,听者有心,姜先生就又追加了一注“51228”。没想到,第二天开奖号码竟然就是“51228”,姜先生中得了10万元大奖!

现在,17037网点的彩民在进行投注时都会征求曹老板的意见,希望曹老板也能给他们指点出个大奖来。



超级大乐透 七星彩

排列三 顶呱刮

1+1选5 竞彩

安徽体彩开通手机购彩, 移动用户发88到10658388 开通(月租3元)

安徽省体彩中心协办 官方网站: www.ahtc.gov.cn 官方微博: http://weibo.com/anhuiticai

老彩民“换”新玩法 “少串”多倍获回报

星报讯(刘标)在欧洲主要足球联赛结束或进入升降级阶段,竞彩比赛冷门频出,利辛县体彩27860网点彩民王先生,多日未尝到中奖的快乐,经过网点销售员的劝导,改变以往多串的投注方式,采取少串多倍的投注,近一周多次中奖,累计中奖奖金2万多元。

据了解,王先生是一位资深足彩彩民,买足彩已经近10年了,对欧洲各个联赛颇有研究。之前任九及竞彩多串关的投注,经常由于错一场而与大奖多次擦肩而过,网点销售员多次劝他改变投注方式,采取少串多倍的投注方式进行投注,可他一直嫌其奖金低不愿尝试。

这次多日未中奖,终于接受网点销售员的建议,采取少串多倍的投注方式,终于获得了丰厚的奖金。他满脸笑容地表示:“我平时喜欢选7场或8场比赛进行投注,人之常情嘛,就想多中点奖金,可是结果常常不如我所愿,现在仔细想想,比赛选多了,中奖难度就加大了,哪能那么容易都猜中啊,现在我也劝说大家采取少串关多倍投的投注方式,这样才能中奖,才能获得丰厚的奖金啊!”