

随着气温走高,水上运动也“热”了起来。记者近日走访松江一些户外水上运动场所发现,帆船、桨板、皮划艇等户外水上运动项目已经重启,水面上再现充满阳光与活力的运动场景。

6月27日下午,记者在月湖雕塑公园看到,多名户外水上运动爱好者正在蓝天碧水间享受水上运动的快乐。“今天天气非常好,很享受这种乘风破浪的感觉。”帆船运动爱好者陆安其说。

在几条帆船旁,申鑫迈驰水上运动俱乐部教练邵东华正在做下水前的准备。“户外水上运动场所恢复后,大家运动热情高涨。”邵东华说,为了给水上运动爱好者提供一个安全、舒适、健康的运动环境,俱乐部严格落实各项防疫措施,市民进入场所前须查验健康码等。

桨板运动也深受年轻人喜爱。“桨板操控起来不是特别难,水上运动能让我们愉快地享受夏日里的清凉。”桨板运动爱好者陶喜春告诉记者。

除了帆船和桨板,皮划艇也是很多户外水上运动爱好者喜欢的项目。相比帆船和桨板,这种休闲类的皮划艇对于初学者来说,上手要容易得多。由于它的稳定性相对较好,初学者基本不用训练就可以划起来。不过,需要提醒的是,无论进行哪种户外水上运动,都要秉承“安全第一”的理念,须穿着救生衣,且最好选择有资质的水域。尤其对于新手而言,必须在教练的指导和安全保护下进行户外水上运动。



▲帆船运动



▲教练在指导孩子们体验水上桨板



▲学员跟着教练做皮划艇划桨动作



▲惬意的皮划艇项目

水上运动掀热潮

炎炎夏日享清凉

■记者岳诚 摄影宋崇文



▲帆船准备下水



▲做好防晒



▲小朋友在教练指导下穿戴救生衣

