

冰雪运动:市民冬季体验游的新宠

磐安武义滑雪场活跃着众多永康人的身影



磐安滑雪场全景。

近日,我市不少市民在微信朋友圈中晒出了到滑雪场地滑雪的照片。不知不觉间,冰雪运动已经成为这个季节,市民出行游玩的热门选择。

滑雪、溜冰、滑雪圈 近年来,冰雪运动在我市持续升温,参与人数越来越多。究其原因,得益于邻县磐安、武义等地滑雪场建成开放。市民可就近体验冰雪运动,无需前往几百公里之外的地方。可以预见,我市冰雪爱好者这一群体,将像滚雪球一样越来越大。

记者 吕鹏

我市周边已有两座滑雪场

说到冰雪运动,可能不少人认为那是北方人的专利。在一年中见不到几场雪的南方,玩雪看起来遥不可及。因为长期以来,受气候、地域、生活习惯及经济水平等影响,冰雪运动多限于北方少数地区,除了黑龙江及新疆、北京、河北等地外,其他地区,特别是南方省份的人,很少能与冰雪运动挂上钩。

随着2022年北京冬奥会进入倒计时,冰雪运动受到了越来越多人的关注。每到冬季,不少人都想着能够脚踏雪板,参与这场速度与激情碰撞的运动,从落差百米的雪道一跃而下,体验滑雪的魅力。幸运的是,随着科技水平的进步、北冰南展的推广,冰场、雪场这些和冰雪运动相关的设施,在南方已不再是稀罕之物。

目前,我省已拥有10多座室内室外滑雪场,覆盖全省。其中,我市周边就有两座滑雪场,分别是磐安滑雪场和武义滑雪场。

磐安县素有“群山之祖”之称。磐安滑雪场就坐落在山地资源丰富的盘峰乡,距离我市不到两小时的车程。该滑雪场于2019年开放营业,总占地面积约为9万平方米,规划造雪面积6万平方米,为目前浙中地区最大。该滑雪场规划雪道山体最高海拔1070米,平底区域最低海拔970米,最大垂直落差73米,规划滑雪道6条,雪道总长约830米,包括初级道2条、中级道2条、高级道1条、雪圈道1条。该滑雪场可满足各年龄段、不同滑雪技术者的要求,并能提供3000人同时进行雪上运动。

武义滑雪场已营业5年。该滑雪场位于武义千丈岩景区,距离我市更近,仅需1小时的车程,不少市民对它并不陌生。该滑雪场针对不同技术级别的滑雪爱好者设计了初级道1条和中级道1条,雪道总长约300米,可同时容纳千左右滑雪。

元旦小长假,我市近千人参与冰雪运动

真好玩!从雪道上面滑下来真是太刺激了,我还要再试几次。29岁的林言在磐安滑雪场体验了人生首次滑雪。在教练的帮助下,她踩着双板从初级道滑下,很快学会了加速、减速、转弯等动作。林言来自我市西溪镇。她告诉记者,以前元旦假期,全家人会选择到金华、杭州等地逛商场。而今年元旦,她和家人体验了一回滑雪,感觉太美妙了。

和林言一样,这个元旦假期,磐安滑雪场还有许多来自我市的游客。假期刚刚开始,我们就接到了2个来自永康的团体订单,加起来有100多人。磐安滑雪场工作人员段引丽告诉记者,再加上散客,仅元旦3天假期,就有500人到600人的永康人。

南方的滑雪场,虽不及北方的壮阔,却也有着自身的优势。因为距离近、交通便利,一日游或二日游均能合理地安排时间;同时,滑雪场的温度相对适中,并没有寒冷到刺骨的天

气,滑雪过程中会感到更加舒适一些。日前,武义千丈岩滑雪场也已开滑。该雪场海拔达千米,山上、山下温差却相差不多,游客既可以体验滑雪运动,也可以享受雪中美景。

年年岁岁,万喜万般宜。近日,市民吕雅雅在微信朋友圈中留下了祝福,并晒出了她在武义滑雪场的照片。照片中的她,身穿帅气的滑雪服,左手拿着雪板,右手举着雪杖,非常开心。

吕雅雅在武义桐琴镇工作。这次,她与同事一起体验滑雪运动。刚爬上山顶的时候很紧张,因为落差较大,不太敢往下滑。吕雅雅告诉记者,当她看到不少人摔倒后并无大碍,才鼓起勇气开始了滑雪初体验。第一趟滑雪过程中,吕雅雅也摔倒了。不过有了摔倒的经历后,她反而没那么怕了。两趟下来,她就初步掌握了滑雪技巧。这里大部分都是新手。大家都会摔倒,整个滑雪过程很快乐。吕雅雅说。

这里设施不错,除了能在标准雪道上滑雪,还能同时体验滑雪车、滑雪圈等雪上运动项目。元旦期间,估计有四五百永康人到这里参与冰雪运动。同样是来自我市的滑雪爱好者李先生告诉记者。



吕雅雅在武义滑雪场留影。

参与冰雪运动,防止受伤有窍门

众所周知,冰雪运动动感十足、富有刺激,但又十分危险,每年滑雪受伤事故一直不断。

对初学者而言,贸然进入滑雪场尝试这项运动,有时会发生危险。不少初学者稍有不慎,就有可能发生意外而受伤。统计数据表明,近年来,因滑雪致伤的初学者多为80、90后。因此,滑雪初学者一定要对自己的身体、精神状况有一个客观评估,做到心中有数、量力而行。学习滑雪时,初学者切不可漠视安全规则和要求,一味逞强好胜、寻求刺激。

滑雪时,大家要注意穿戴及配备专业雪服、雪鞋、雪板、雪杖、手套等;衣兜内勿放置尖锐、硬质、易碎物品。除护臀、护腕、护膝外,头盔和雪镜也是必不可少的护具。戴上头盔等于滑雪者系上生命保险带。戴雪镜,则能防止阳光反射影响滑雪者的视线,以及冷风对眼睛的刺激。

由于低温运动易拉伤肌肉和韧带,滑雪前大家必须充分热身,尤其是髋、膝、踝、腕等关节要活动开。滑行前,大家一定要先了解雪道情况,避开结冰处和障碍物。无论初学者还是老手,都要根据个人技术水平和身体条件,选择难度适合的雪道,循序渐进,决不能操之过急。

滑雪时摔倒是家常便饭,摔也是滑雪的必修课。感觉失去平衡要摔倒时,大家应尽量侧摔,不可后坐,避免出现板带人走的危险;摔倒时应迅速扔掉雪杖,双手环抱胸前,决不可下意识地用手撑地,以免腕部骨折。