健,玩车已有两年。虽然年纪不

他时常周末约上朋友出去骑

晚上自己都会骑车转一转"

宋思远说他最喜欢夜骑,几个

车友一起在交通条件好的路

上,放着音乐,带着手电筒,呼

吸着好空气,"感觉很不一

样。"宋思远骄傲地告诉记者,

济宁周边12县市,他都骑着车

伤多不多时,宋思远十分轻松

地给记者展示了自己腿上和胳

膊上的伤口:"这都是小伤,受

伤最重的时候胳膊两个星期不

能抬,不过也不算事儿,骑的时

当记者问起这几年玩车受

子去过。"

·圈。"周末或者闲暇的早上、

报名时,宋思远告诉记者

大,但也算得上经验丰富。



个人简介:谢擎,男,23岁,骑

行发烧友。去年购买了山地车之 后又在短时间内置办了骑行头 盔、骑行眼镜等装备,正式加入了 骑行的行列。

"去年和朋友一起买的车子, 我们两个的一模一样。我们参加 了一个骑行俱乐部,俱乐部里也 经常举行小型的骑行比赛,我只 要有空就会参加。一般都在前几 名。骑自行车很方便,我平时上下 班也骑自行车,上下班的时间就 把身体锻炼了。"10日下午,谢擎 告诉记者,骑行一般选择在周末, "周末出去玩时也是骑自行车,看 看风景,亲近大自然,总比花几千

元买个跑步机在室内空跑强吧, 也比肥胖之后再吃减肥药强。'

谢擎说,他所在的骑行俱乐 部里有不少老年人,他们身体很 好,现在有的年轻人都比不上他 们。"所以我才更感觉到应该锻炼 身体。我骑行这一年多明显感觉 到身体好了,最自豪的一点是抑 制住了肥胖。而且我通过骑行认 识了很多新朋友。"

记者注意到,谢擎的骑行装 一应俱全,从骑行头盔、骑行眼 镜到骑行服、骑行手套。谢擎说, 从爱上骑行开始,前后为自己的 骑行"事业"投入了几千元钱。"骑 行基本上是一次性投入,你买完 装备之后就不需要什么二次投入 了,不像汽车还要油费、维护费 等,我们一般收入都能承受得

在谢擎看来,骑行的好处是 怎么说都说不尽的,他正在享受 骑行带来的快乐。"骑行低碳又环 保,与现在倡导的健康生活理念 相符。我十分热爱骑行,在轻松愉 快的氛围中又锻炼了身体,又交 到了朋友,真的很开心,而且能使 我们心态更加积极乐观。这次比 赛重在参与,但是一定会尽力发 挥出自己的水平。"谢擎乐呵呵地

本报见习记者 张梦西

觉得少点东西"

提起马上就要举行的骑行 比赛,宋思远说他去年就参加 过了,不过当时经验不足,加上 忙于工作,所以状态不佳,没能 拿上名次。不过年轻人最不缺 的就是自信,所以宋思远对这 次比赛也是充满了期待,他还 特地向记者展示了自己的爱 车,并告诉记者他最近要开始 调试自己的车子了,到比赛当 天一定要做到人车状态都很 好:"虽然重在参与,但我今年 一定要努力拿个名次。"采访最 后宋思远骑着他的爱车在台阶 上来了几个精彩表演,看来对 于这次比赛,宋思远是信心满

本报见习记者 汪泷

周日去畅游南阳湖农场吧

本报请小记者报名

本报济宁4月10日讯 (记者 黄广华) 体验采 摘的乐趣,走到户外和春 天亲密接触……本周日(4 月15日)本报将组织50名小 记者,到济宁南阳湖农场 踏青。齐鲁晚报的小记者 们,快来报名吧,按照报名 顺序只要50人,报满为止

4月3日,本报组织了50 多名齐鲁晚报小记者前往 金乡羊山烈士陵园祭扫烈 士幕,随后小记者们还在 羊山国际旅游军事度假区 参观了鲁西南战役纪念馆 和王杰纪念馆。活动得到 所有参与小记者和家长的 认可,大家一直要求本报 多组织一些户外活动,让 们增长见识和知识。

天里,我们再次组织50名 小记者一起去郊外——济 宁南阳湖农场踏青享受春 天的乐趣。在农场里,小记 者们可以享受园内采摘的 乐趣,也可以亲身体验蔬 菜种植的艰辛,与春天亲 密接触,在农场内感受大 自然,在菜花的芬芳中感 受春的气息

无处不在。在这烂漫的春

在踏青游玩的同时,为 了让小记者们在实践中得 到锻炼,本报还将组织小记 者边踏青,边采访,边学习, 玩中有学,学中有乐。

在此次活动中,本报 还将开展"童眼放大镜"之 "文明踏青"活动,小记者 在活动可以充分调动自己 的"新闻敏感性 不要放 春天悄然走来,春光 过任何一个与主题相关的 电话2110110,18678730181。

镜头。比如看到有人践踏 草地,有人乱丢垃圾,有人 乱采花了,你们都可以将 这些用笔记录或用相机拍 摄下来,通过我们的报纸 进行发布和呼吁, 当然喽, 所有这些前提都是要求我 们的小记者首先要做到, 更要做好哦。

报名参加的小记者注 意啦,本次活动报名还是 要求电话报名,不接受网 络报名,一名学生只允许 一个家长陪同,活动仅一 上午的时间,我们定在4月 15日上午8点在济宁百花公 园东门附近集合,集中乘 车前往目的地,家长们也 可以直接乘坐36路公交车 前往。小记者们快快行动 哦,赶紧报名参加吧!报名

小资料>>

南阳湖农场知多少

济宁南阳湖农场始建 于1955年。近年来,农场积 展方式,优化产业结构,建 亩休闲观光农园、800亩设 施蔬菜基地,形成了集特 闲于一体的休闲农业运行 框架,成功举办了农事体 验节和旅游节,两届节庆 活动实现了可观的经济效 益和社会效益,提升了农

场的知名度和美誉度。2011 年,农场立足生态特色、乡 极顺应市场需求,转变发 村特色,以济宁市"国民休 闲汇"启动仪式为契机,以 成了600亩生态养殖基地、 各种丰富多彩的休闲旅游 3800亩园林苗木基地、3000 活动为载体,全新推出了 旅游节庆系列活动,先后 举办了全市"国民休闲汇" 色采摘、农事体验、餐饮休 金秋农业观光游活动启动 仪式、农事体验比赛、果蔬 采摘比赛、职工农技比赛 及文娱表演等活动,进一 步增强了休闲农业节庆活 动的休闲性、参与性、互动 会收益。

性和娱乐性。在今年,农场 拟定于3月--9月举办采摘 节,紧紧围绕"摘果蔬、寨 技能、游农园、赏美景"这 一主题,精心组织策划实 施中学生蔬菜采摘比赛、 游客家庭采摘比赛、儿童 采摘草莓比赛、吃草莓比 赛、职工蔬菜采摘加工比 赛、有奖知识问答、文娱表 演等各种活动,进一步拓 展农业功能,推动农产品 销售,创造更多经济和社