旅行新主张

想怎么玩 就怎么玩

行者、驴友、背包客、单车男、摄影发烧友、自驾游和户外爱好者……传统的旅行爱好者已经司空见惯，各种新潮的玩法层出不穷：跑酷、暴走族、沙发客、极限运动等成为旅行者常挂在嘴边的话题。这里推出旅行新主张，介绍几款新潮的旅行玩法，希望能为您的旅程增添一抹亮丽的风景。

□贾鹏

另类的城市疾走 跑酷

跑酷起源于80年代的法国，通过人体敏捷的运动来增强身心的紧急应变能力，与中华武术有些相似之处。跑酷具有较强的观赏性，以日常生活的环境为运动场所，将日常的设施当做障碍物或辅助物，在其间跑跳穿行，最终实现身体位移、穿越城市的目的。

但是，跑酷对于身体协调性的要求较高，不是每个人都可以练好的。除了需要一定的天赋，力量、速度、弹跳和勇气也必不可少。初学跑酷者需要进行肩部、臂部、背部、腹部和下肢的全面练习。玩转跑酷需要克服的最大障碍莫过于自身的勇气，越是缺乏自信，身体越放不开，越容易受伤。所以，如果在某个街区看到这一帮跑酷达人，一定要留意他嘴角扬起的微笑。

独步的旅行者 暴走族

对于“暴走族”的定义说法不一，在日语里实为“飞车党”之意。目前有些驴友通过长途步行锻炼身体、结交游伴，自称为“暴走一族”，也常被暴走爱好者作为自豪的资本之一。暴走族的足迹会印在人迹罕至的风景区，独享那份属于自己的美景，但他们需要面对的是意想不到的野外环境和各种突发事件。

暴走作为一种新潮的户外运动方式，受到人们的追捧，挑战着人们的心理和身体素质。暴走的行程单调枯燥，难于坚持，此时如果配上音乐播放器，放送一首调子欢快的音乐，沿路的风景也会增加了不少美色吧。

异地温暖的家 沙发客

“沙发客”，顾名思义就是“睡别人的沙发”。如果主人正好有张空余的屋子，沙发客会睡得更加香甜；如果再遇上一位热情好客、盛情难却的主人，带你游览当地名胜、尝尽特色美食也说不定。

据业内专家介绍，“沙发客”突破了“住店客”的传统模式，不仅节省了旅行者的费用，也为其旅途带来不可预知性。通过和主人的交流，沙发客会很容易地了解风土人情，通过互助的方式结交各地的旅行爱好者。当然，各位驴友，别忘了把自家的沙发也让出来呵。

挑战自我新方式 极限运动

随着经济的发展，现代人生活节奏越来越快，工作压力越来越高，生活空间越来越小。人们的感觉变得麻木起来，需要更为刺激的运动来满足追求，于是，极限运动异军突起、方兴未艾。

蹦极、轮滑、攀岩、滑板、冲浪、溯溪和定向运动等都是高难度观赏性体育运动，可以让游客在融入自然的同时也挑战自我、磨砺意志。国内的很多景区适时推出了一系列满足游客需要的设施，能够让驴友玩得开心、游得尽兴。

如果您爱好旅行新玩法，请加入我们！QQ交流群164353882

游情快递

第二届中韩老年门球友谊邀请赛即将举行

山东省老年人体育协会旅游工作委员会于去年6月，成功组织了首届“中韩老年门球友谊邀请赛”，达到了增进友谊、体验文化、结交朋友、体育健身的宗旨，获得了老年朋友的欢迎和好评。

应韩国仁川市的邀请，今年5月27日——31日拟组织第二届“中韩老年门球友谊邀请赛”，主旨是切磋球艺，增进友好；加强交流，促进合作。

此次活动由山东老年体协会主办、山东远航国际旅行社承办，欢迎广大的老年门球爱好者踊跃报名，积极参与。