



2015威海长距离铁人三项世界系列赛专题

一天1小时,9年游遍威海滩

本报记者 刘洁

威海有一群人,即便在寒冷的冬季也要到海里搏一搏。一年四季天天游,游遍威海滩,他们是环翠区冬泳协会的泳士们。

40多岁的张海军是冬泳铁杆粉丝也是领头人,每天早上5点和泳友在幸福门海域下海游1小时,如今已是第9个年头,“抵抗力强,常年不感冒,锻炼意志力...”张海军细数游泳带来的益处。

是泳士也是铁人

“我们冬泳协会每天早晨5点都会在幸福门公园海域下海游泳,不论冬夏。”张海军说,海上公园、半月湾、刘公岛... ..威海各大海湾都游遍了。2014年9月14日,张海军和13名协会的泳友从国际海水浴场下水,历时近5小时,到孙家疃葡萄湾登陆,全程约1万米,成功横渡以路险、浪急著称的远遥嘴,为历史上威海游泳爱好者首次横渡远遥嘴。张海军回忆说,能成功挑战,离不开每天在海里打拼。

“看着徐海等一大批铁三爱

好者只能从外地铁三协会报名,代表别的队伍参赛,大家心里都不是滋味儿。”张海军说,大家多方努力,加上市政府支持,2011年5月8日,威海铁人三项运动协会正式成立,从此威海的铁人有了自己的参赛队。目前,张海军担任该协会秘书长。“游泳是很多人参加铁三的限制性因素。”张海军说,因为游泳得心应手,自己逐步加入到铁人行列。从2011年起张海军连续4年在威海参加铁三赛,还时常到北京等地参赛。

游泳是运动更是技能

张海军说,他和泳友在海中游泳时遇到过落水者,泳友王崇杰曾4次营救落水者。

“有一次就发生在我身边。”张海军说,当时大家在海边游泳,忽然听到呼救声,泳友反应迅速,确定方向后,直奔落水者,营救成功。张海军感叹,游泳是一项运动,有时更是一种救生技能。

2007年张海军开始每天坚持游泳,如今已是第9个年头。一开始只敢夏季游,听说有不少人冬泳,就想尝试一

下,结果坚持了下来。9年下来,张海军身体抵抗力明显增强,最明显的是很少感冒,“游泳特别是冬泳的好处显而易见,而且门槛很低,但大多数人望而却步。”张海军说,“关键是要敢于挑战自我,其实只要循序渐进、持之以恒,冬泳不是难事。”

环翠区冬泳协会一直致力于推广游泳。目前,协会常年活动的人达500多,协会还特别成立了蜗牛队,组织年龄大的爱好者进行游泳。

参与铁三知识竞答赢奖品

本报7月9日讯(记者 刘洁)

2015年威海铁人三项知识竞赛即日起启动,读者回答今日威海相应版面刊发的铁人三项知识竞赛题目,按照注明方式反馈答案,全部正确的前10名读者即可获精美礼品一份,每周一期,先答先得。

作为2015年威海铁人三项赛主题系列活动之一,本次知识竞赛将向公众普及铁三知识,营造浓厚的铁人三项城市氛围。竞赛题目包括体育基础知识、铁人三项规则、威海铁人三项发展史、铁三名人轶事等方面。2015年7月至9月,齐鲁晚报·今日威海每

周刊登铁人三项知识竞赛题,读者将答题卡裁下寄送至齐鲁晚报·今日威海编辑部或者拍下答题卡照片,发送至邮箱164035461@qq.com,参与知识竞答,答案将随下期竞答题目一同刊登。答案全部正确的前10名读者(名次排列以收件时间为准)将获得精美礼品一份。奖品将由工作人员通知获奖者到本报现场领取,邮寄奖品须获奖者自负邮费。

请读者注意留下联系方式。邮寄地址:威海市海滨北路8号乐达快捷酒店12楼齐鲁晚报·今日威海编辑部。

2015年威海铁三知识竞赛

- 1,乒乓球起源于_____国。
- 2,新中国首次参加奥运会的时间是_____年。
- 3,男运动员穿平角泳裤,配带泳镜,是否允许参加铁三游泳赛?_____(是或否)
- 4,申请加入中国铁人三项业余团体会员,团体成员数不能低于_____人。
- 5,铁人三项标准距离比赛总里程是_____公里。
- 6,铁人三项比赛中运动员互相阻挡或妨碍,将被_____。
- 7,铁人三项比赛游泳时允许使用手套和浮漂吗?_____(是或否)
- 8,铁人三项比赛检测兴奋剂吗?_____(是或否)
- 9,国际铁人三项联盟的成立于_____年。
- 10,2015年威海长距离铁人三项世界系列赛将于_____月_____日至_____月_____日举办。

姓名: _____ 联系方式: _____

齐鲁晚报·今日文登

2015文登义乌夏季精品赏车会

时间: 7月18日-19日 车展地点: 文登区义乌小商品批发市场

集结力量 打破车展底价

约惠盛夏 赢娶最爱

意想不到的钜惠触手可及

主办单位: 齐鲁晚报文登工作站 协办单位: 威海盛泰文化传媒有限公司 山东都市传媒广告有限公司文登分公司

媒体宣传: 《齐鲁晚报 今日威海》 《都市传媒》 服务热线: 0631-8682288

齐鲁晚报·今日文登

OPPEIN 欧派 7月26日

牵手欧派 情定今生

免费报名啦

缘来就是你

主办单位: 齐鲁晚报文登工作站 合作单位: 欧派大家居 微有缘婚恋交友中心

协办单位: 威海盛泰文化传媒有限公司 山东都市传媒广告有限公司文登分公司

赞助单位: 火热招募中.....(商家多方联手,共促相亲会品牌推广)

请于7月25日前至齐鲁晚报文登工作站报名

报名地点: 开发区银海绿洲南大门旁边

报名电话 0631-8682288