



2020年5月2日,第67次跑步。周末傍晚,一名垂钓爱好者的沉静与掠过的飞鸟形成对比。



2019年4月15日,第35次跑步。跑后拉伸时遇到一位“高能瑜伽老太”,可以轻松将腿举过头顶。

边跑边拍

文/片 陈镜旭
推荐单位 山东省新闻摄影学会

“DAY100计划”是我想出的一种趣味锻炼方式,每次跑步时随手拍街景,累积直至第100次。

这样的想法形成于2017年夏天,目前进行到第81次,已积累近500张街拍。

起初我只是想找到一种有趣又有效的激励方式,将摄影爱好与跑步结合在一起。

三年来,“DAY100计划”已演变成我生活的一部分。

我爱我居住的城市,因为这里是我的家乡。石油之城东营,曾经是寸草难生的盐碱荒滩,而如今,我的镜头里绿树成荫。每当外地朋友在评论区对市容市貌发起称赞时,我总感到非常自豪。

边跑边拍,让我变得积极达观,从另一个层面提升了我的生活品质。等到“DAY100计划”完成后,我一定会进行第101次……



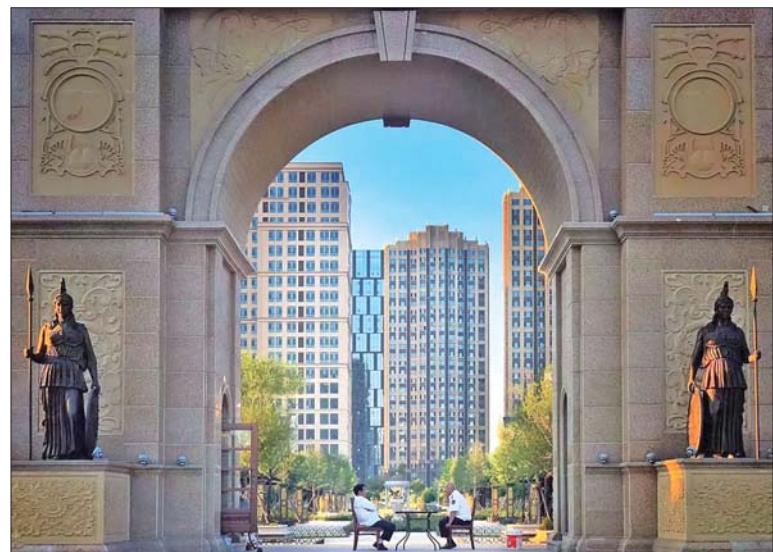
扫码下载齐鲁壹点
关注摄影频道



扫码加微信投稿,
期待您的精彩佳作



2018年1月27日,第11次跑步。在中国石油大学操场里,这位大爷的身影吸引了我。



2019年8月31日,第40次跑步。此时我已从老城区搬入新城区。新家附近有一个欧式风格的商业园区。



2020年6月3日,第73次跑步。出发前,我在小区院子的池塘里投入一枚石子。



2020年8月25日,第81次跑步。这名卖花商贩正埋首于一本厚厚的书中,我以为他在看小说,却发现是一本园艺专业书籍。