



合肥板友聚会

在陆地上冲浪是种什么体验？这个夏天，一群热爱运动的合肥人将一项名为陆冲的新潮城市运动带到合肥。从今年开始迅速超越飞盘、骑行和橄榄球的热度，一跃成为小众运动的“顶流”，受到各个年龄段的人追捧。

陆冲，全称是陆地冲浪板。这项被戏称为“扭扭乐”的小众运动，顾名思义，



海海正在滑陆冲板



海海在陆冲板活动中的表演

在陆地上获得类似冲浪的体验感。陆冲依靠核心发力，腰、胯、腿、膝盖连动以及重心切换来形成身体摇摆，从而完成滑行。由于整个运动轨迹与冲浪、滑雪极为相似，起初陆冲是国外冲浪、滑雪爱好者，在非浪季、非雪季的平替运动，不过如今在城市里火爆起来的陆冲运动，却是完全摆脱了冲浪、滑雪的影子而独立存在，有没有冲浪、滑雪运动基础，都可

以一试身手，而与飞盘和橄榄球等新潮运动相似，陆冲也展现了十足的社交属性，层出不穷的陆冲社团，成员们经常举办线下交流活动。

在合肥，海海是一名陆冲板“发烧友”，谈到如何从滑板爱好者转变为陆冲板，海海表示是由于2021年在网上看到陆冲在泰国火起来，国内很多人也开始尝试加入其中，本身冲浪滑雪运动对她的吸引力就非常大，在听说它是能够模拟冲浪滑雪感觉之后，果断选择接触它，之后同时发现它的可玩性会更好玩一些，海海介绍说，与其他滑板（如双翘、小鱼板等）相比，陆冲的难度系数相对较小，有利于新手快速上手，“技术门槛”相对较低。只要找到窍门，上手很快，也许10来分钟就能滑起来了，比较适合在户外玩，陆冲最大的好处在于自由发挥，只要有块板子，随时随地都能趟上两步。

平时海海在小红书上经常发免费教学课程，说起有意思的事，有一对70岁的夫妇让她印象深刻，这对老人家在网上看到了，千里迢迢从哈尔滨开车过来，专门来合肥找她学习，连着学了5天，然后学完就回去了。“很多人就会问我，我都30多岁了，我玩滑板还晚不晚，我就会告诉他还有70多岁找我学这样子，只要你喜欢一个东西，你只要现在去做永远都不会晚。”

与大多数户外运动一样，不少人玩陆冲看中的就是它的社交属性。海海表示，他们每天在群里都会有不同人组织约滑活动。“每次群里有公告，很快就会有人‘冒泡’回应，紧接着就是十几二十人的‘接龙’。大家自愿报名，也不收任何费用，哪里场地合适就去哪里，我们有的互相认识，但大多并不熟悉，甚至彼此陌生，但一起玩几次就熟了。”在线下，参与者通过加入社群或俱乐部，切磋技术、交流经验，即便性格不同、职业各异，也能在共同的爱好中拉近彼此距离，结交新朋友。在线

上，一部分积极尝试户外运动项目的爱好者，在平台上分享自己的运动经历和心得，留言区的交流互动，微信群的资讯分享，而“打卡”运动的形式也营造出互相激励的氛围。对于合肥陆冲板的发展期望，海海笑着说：“我们希望通过自己不断地在外面去滑，让大家更了解这个运动，成为我们的一员，从而感受到它的快乐。”

通讯员 孙雨静 记者 秦缘/文 周诚/图

城市『冲浪』户外新宠

合肥市民夏日体验休闲皮划艇



星报讯(记者 江锐) 7月8日,2023年合肥市全民健身运动会休闲皮划艇比赛在长丰县庄墓镇硕然生态农庄举行,百名市民感受皮划艇这一水上运动的独特魅力。赛事充分发挥了场地的水域优势,设计了轻松休闲、风景优美的线路。

近年来,休闲皮划艇运动受到越来越多人的参与追捧,成为新兴运动的“翘楚”之一,既能满足市民锻炼身体需求,又能满足追求自由、亲近自然的需求,推动水上运动发展。

此次活动营造了良好的休闲皮划艇运动氛围,为水上运动爱好者搭建了一个全新的运动、交流平台。近年来,合肥市全民健身运动会不断扩大项目设置,水上、陆上各类赛事活动不断丰富,为该市体育旅游产业发展注入了新动力。



7月9日晚,合肥市包河区骆岗街道车谷社区“追风少年团”暑期夜跑行动正式启动,社区红色小管家朱素娣带领12名青少年在电灌站公园进行跑步运动锻炼,此次暑期夜跑课程一周进行6次夜跑,每次时长一小时。

张同艳 记者 沈娟娟

合肥市古银杏树获及时救护

星报讯(段珂 朱明遥 记者 王珊珊) 近日,合肥市庐阳区护林员在巡视名木古树时,发现合肥市明教寺内一棵古银杏根茎部冒出了许多黄色小蘑菇。经安徽古树权威专家远程视频“问诊”后,初步确定是由于前段时间的高温天气和雨水较多,古树复壮培土营养较高,闷热高湿的环境给真菌提供了得天独厚的生长条件,导致古树根部出现真菌实体。

随后,庐阳区严格按照专家制订的方案对古树实施救护,先将大树主干基部的真菌子实体全部剝去,清理至健康、坚硬的木质部。接着用3%的硫酸铜溶液消毒3遍,间隔时间4小时再涂抹3遍木材防腐剂,最后涂抹3遍环氧树脂进行密封防腐处理。作业过程中,未伤及健康的皮层,保持伤口的圆滑。下陷孔洞用石灰、桐油、麻丝混合物填充,全面排除各类安全隐患。

古树名木是不可再生的自然遗产,它不仅客观记录了自然历史变迁的痕迹,还是珍贵的生物基因资源、难得的旅游资源和独特的文化资源。下一步,庐阳区农林水务局将定期对全区古树名木进行会诊,切实履行养护责任,让古树名木得到妥善保护,为庐阳留下更多绿荫、更多美景。