

# 广场舞大妈“转型” 徐州每晚上万人暴走

## 不过经常走上机动车道,引起车主不满

在江苏徐州,暴走族每天的活动场面足以惊呆任何一个外地人。

每晚7点半,原本冷清的徐州云龙湖珠山景区开始沸腾起来。暴走族队伍整齐,着装统一,伴随着广场舞激昂的音乐,大步向前暴走,迅速将景区周边道路“占领”。

在云龙湖周边每天参与暴走的有上万人,他们组成多则成千、少则几十人的方队,一个小时暴走7公里。由于暴走团经常占用机动车道,干扰正常交通,和车主发生矛盾,因此不少市民呼吁对暴走进行规范。



暴走族队伍整齐,着装统一,伴随着广场舞激昂的音乐,大步向前暴走。

### 云龙湖周边上万人暴走

暴走这项健身运动在徐州兴起于2010年前后,但最近一年参与人数暴增。云龙湖风景区,空气新鲜,场地开阔,成了暴走族们锻炼的最佳场所。

7月8日晚,记者在珠山景区旁的道路上,身旁不断有暴走族疾行而过,他们呈方队出行,少则几十人多则上千人,大大小小的方队有几十个。

记者注意到,很多规模稍大的暴走团都有一套专业的配置:队伍前头一人扛着大旗,上写暴走团名号;成员们着装统一,步伐一致,每隔几十米就有一人腰间挎着小音箱,放着昂扬的广场舞音乐。

一位暴走团成员告诉记者,每天晚上7点多,他们在云龙湖北岸的音乐厅广场集合,沿着湖中路抵达珠山景区,再行至三环南路折返,“来回一共7公里,大约需要1个小时。”

这位成员还告诉记者,暴走也是有技巧的,尤其是呈方队出动,“手臂要用起来,和地面平行的高度,步伐要大,要踩着音乐的点走,最重要的是不能掉队,不然影响整个方队的前行。”

据介绍,每晚在云龙湖周边参加暴走的有上万人。

### 广场舞大妈是暴走主力

暴走团返回到音乐厅广场,时间已经到了晚上8点半,很多暴走团成员还会继续活动,在广场上分散开来,伴随着激昂的音乐,跳起广场舞。晚上10点钟,活动结束,云龙湖周围开始逐渐安静下来。

记者观察发现,暴走族以中老年人居多,成员多是广场舞大妈“转型”去的。

家住市中心的王女士告诉记者,她参加暴走有3年多了,除了大雨大雪天气,雷打不动每天都走。“暴走也是最近几年才兴起的,云龙湖周边也是这一两年才有。”王女士说,最开始在云龙湖周边暴走的只有几十个人,但是跳广场舞的人很多,“慢慢地,跳舞的人也加入进来,他们本来就是一个小舞团,就组成小的方队,有的方队感觉人数太少,气势不足,就合并到一起,队伍就庞大了。”

在云龙湖暴走团中,最大的当属蓝山户外环湖队和自由飞翔队,“每个队都有近千成员,播放音乐的音箱就要十多台。”

成员多了,就会出现组织者。阳光暴走团的一名组织者告诉记者,他们都是义务组织,主要是组织暴走、喊口号、播放音乐,偶尔也会组织一些户外活动和聚餐。阳光暴走团成立3个月,“现在有成员300多人,大家聚在QQ群里,有活动就在群里通知。”

### 不少大妈为免费T恤加入

7月8日晚9点,阳光暴走团在音乐厅广场上发放运动T恤,顿时引来不少人围观,场面差点失控。一名60岁大妈拿走一件T恤又被收了回去,组织者认为她并非阳光暴走团的人,不过大妈说马上加入,并且许诺随队暴走至少一周,最后顺利拿走一件。

组织者说,这是一家铝业公司赞助的,“我们穿着印有他们公司的服装,举着印有他们公司名称的大旗,也是一种宣传。”很多规模在千人以上暴走团,都有各自的赞助商,有的甚至有两三个,“赞助商只提供衣服,我们穿上就行,没有费用。”

记者发现,赞助商除一些工业企业外,

以医疗、保健类产品居多,一些赞助商甚至担当起组织者,每天派人组织暴走活动。

### 暴走团经常走上机动车道

整条暴走线路有一半为混合道路,虽然天色已晚,但还是有不少车辆通行。珠山景区的一位保安告诉记者,大多数暴走团都是走在机动车道上,因为没有行人和自行车的干扰,而机动车对他们也是敬而远之,“每天晚上7点半到9点钟,这里根本无法行车。”

在徐州市区,各大公园、景区、校园都能看到暴走团的身影。近日,江苏师范大学就出台公告,禁止校外人员在校园内开展各类活动(包括跳操、暴走等健身活动)。该校保卫处表示,最近这几个月,居民组成的暴走团或广场舞队规模越来越大,最多时达几百人。从傍晚6点多开始暴走到晚上8点多结束,已经影响到校园交通安全及学生学习。

在鼓楼区九龙湖公园,每天晚上也有上千人暴走,路遇红灯旁若无人地闯了过去。在云龙湖珠山景区,暴走族们奔走在机动车道上,也引起很多车主的不满。

徐州交警部门相关人士告诉记者,遇到暴走团扰乱交通秩序,一般以疏导教育为主。“根据法律,步行时走人慢车道或闯红灯,都是可以处罚的。前者可以罚款20元,后者可以罚款50元。”但在执法过程中,民警主要还是以教育提醒为主。

徐州公安局景区分局相关人士表示,他们曾就云龙湖周边暴走族情况向市局做过专门的汇报,为了保障参与市民的安全,在音乐厅广场每晚7点到10点固定安排一组巡防队伍;由一支电动车巡防队伍,在滨湖公园和云龙湖中路进行执勤巡逻。此外,在珠山风景区设立警务服务站,由民警带领辅警值守。

## 一名暴走男子上月途中猝死

### 专家建议:心血管疾病患者不要参加

否则可能反受其害。

李越提醒说,暴走族首先要了解自己的身体状况,打算长期坚持这项运动之前,先做一次体检,根据身体状况来确定运动量和强度。“一小时7公里暴走,对很多人来说是超出自己负荷的,所以新人要循序渐进,逐步增加运动强度。”

李越说,据他的观察,很多暴走族的穿着极为不妥,“牛仔褲、平底鞋、紧身衣,

都不要穿”,最好穿着徒步鞋,鞋底厚、软、轻,衣着要宽松。值得注意的是,糖尿病、关节疾病、心脑血管疾病患者,“不建议参加暴走,对身体危害大”。

“不少人想靠暴走减肥,实际上暴走对减肥的效果并不明显,需要长期坚持,同时控制饮食才行。”李越说,暴走最大的功能是锻炼心肺功能,而非甩掉身上的脂肪。

据《现代快报》

## 国务院新闻办公室： 我国三年间 对外援助近900亿元

国务院新闻办公室10日发表的《中国的对外援助(2014)》白皮书介绍说,2010年至2012年,中国对外援助金额为893.4亿元人民币。对外援助资金包括无偿援助、无息贷款和优惠贷款三种方式。

无偿援助重点用于帮助受援国建设中小型社会福利项目以及实施人力资源开发合作、技术合作、物资援助和紧急人道主义援助等。三年中,中国对外提供无偿援助323.2亿元人民币,占对外援助总额的36.2%。

无息贷款主要用于帮助受援国建设社会公共设施项目和民生项目。三年中,中国对外提供无息贷款72.6亿元人民币,占对外援助总额的8.1%。

优惠贷款主要用于帮助受援国建设有经济社会效益的生产型项目、大中型基础设施项目,提供较大成套设备、机电产品等。三年中,中国对外提供优惠贷款497.6亿元人民币,占对外援助总额的55.7%。

白皮书指出,援外预算资金由财政部按预算编制统一管理。优惠贷款本金由中国进出口银行通过市场筹措,贷款利率低于中国人民银行公布的基准利率,由此产生的利息差额由国家财政补贴。

据新华社

## 南京将原国民党抗战老兵 纳入保障范围

记者10日从南京市民政局了解到,该市已将市域户籍内的原国民党抗战老兵纳入相应保障范围,目前摸底核查及具体操作程序已全面展开。

南京市民政局相关业务处室负责人介绍,通过日前的摸底调查,该市现有南京籍的原国民党抗战老兵72名,平均年龄已超过90岁,均已登记造册,对符合条件的将逐一落实民政相关待遇。对生活在农村和城镇无工作单位且家庭生活困难的原国民党抗战老兵,将给予生活困难补助,救助标准参照抗日时期入伍的在乡复员军人执行,南京市2014年标准是每月2000元,以后随地方经济发展水平逐步调整。

对符合城乡低保、农村“五保”、医疗救助、临时生活救助以及其他社会福利保障条件的原国民党抗战老兵,将纳入相应的保障范围,孤寡老人优先安排进入敬老院、福利院供养。对符合城乡低保和农村五保供养政策条件的,可根据个人意愿由政府全额补助参加城镇居民医保和新农合。

对住房困难的老兵,将纳入保障安居工程工程统筹解决。生活在农村的,其住房按照农村危旧房改造相关政策优先安排,在资金补助标准上予以倾斜;生活在城镇的,其住房困难问题通过廉租房、公共租赁住房、经济适用房及棚户区改造等相关政策解决,符合条件的优先安排。

据新华社

## 涉恐在逃嫌疑人被抓 深圳首奖涉恐线索举报人

近日,深圳警方对向警方提供线索、协助抓获新疆警方通缉的涉恐在逃犯罪嫌疑人的市民郑某某发放了奖金。这是深圳首宗因举报涉恐线索而获奖的案例。

据深圳警方介绍,嫌疑人于6月下旬潜逃至深圳,当晚即经市民郑某某举报被警方抓获。根据《深圳市公安局关于对举报涉恐线索实施重奖的通告》相关规定,深圳警方对该市民进行了奖励。

6月16日,深圳警方面向全市发布了《深圳市公安局关于对举报涉恐线索实施重奖的通告》,明确市民举报涉恐线索的方式、奖励标准、奖金领取、举报人权利义务等相关内容,该通告不但明确了从2000元至50万元不等的奖励标准和具体情形,还首次提出对于举报人提供的涉恐线索发挥特别重大作用、贡献特别突出的,奖励金额不设上限,以此鼓励广大市民群众积极举报各类涉恐违法犯罪线索。

深圳警方表示,公安机关将保障举报人安全,对举报人的信息严格保密,未经举报人同意,不得披露举报人信息。举报人举报的内容应真实可靠,凡编造、传播虚假信息,或借举报之名实施诬告陷害他人行为的,将承担相应的法律责任。

据新华社

### 新闻链接

今年6月6日,云龙湖暴走族中发生一幕悲剧,一名身穿牛仔褲的50多岁中年男子暴走中突然倒地不省人事。经医院检查发现,是因剧烈运动诱发了心肌梗塞,后经抢救无效身亡。

徐州市体育科学研究所所长李越认为,暴走的学名是健步走,是最佳的有氧运动方式。但参与者要根据各自的身体状况,来确定运动强度,同时要注重科学的运动方法,