

上午8点整 万人跑“甬马”

台湾跑团、长江商学院跑团等组团前来 “东方羚羊”纪政、“东方神鹿”王军霞共同领跑

今天上午8时整,2015宁波国际马拉松赛将在宁波杭州湾新区鸣枪开跑。昨天,参赛运动员、官方“兔子”及嘉宾媒体见面会在宁波杭州湾新区举行。即将共同领跑“甬马”的世界著名短跑运动员、“东方羚羊”纪政女士和中国首位奥运长跑冠军、“东方神鹿”王军霞女士成为现场焦点。王军霞在见面会上建议广大跑友,“跑马拉松的心态要以参与为主,不要操之过急,得讲究循序渐进。初跑者别跑全程,没有锻炼基础很容易受伤。”

记者 庞锦燕



即将共同领跑“甬马”的纪政(左)和王军霞昨天在赛前媒体见面会上。

记者 崔引 摄

央视体育频道 160分钟直播 钱文忠担纲直播主持人

2015宁波国际马拉松赛简称“甬马”,共设置全程马拉松42.195公里、半程马拉松21.0975公里和迷你马拉松4.5公里三个项目,总规模为10000人。

本届甬马吸引了来自中国、英国、美国、日本、加拿大、新加坡以及中国香港、澳门、台湾等32个国家和地区的选手报名参赛。其中包括由318人组成的台湾跑团,由长江商学院领衔的国内多所知名商学院的600余名商界、学界精英代表,吉利、方太、奥克斯等宁波本地知名企业代表团的跑友也将参与。中国民族汽车行业的代表人物、浙江吉利控股集团董事长李书福将带领200人的跑团奔跑。另外,组委会还特别邀请了来自肯尼亚、埃塞俄比亚、乌干达、厄立特里亚等国家的32名世界级优秀运动员,中东欧国家友好城市派出的14名代表也前来参赛。

据悉,本次比赛的全马和半马选手将从地面道路横穿全长36公里的杭州湾跨海大桥,近距离领略大桥雄姿。央视体育频道将进行

160分钟赛事直播,复旦大学教授、《百家讲坛》主讲之一钱文忠将与央视体育频道解说员共同担纲直播主持人。

纪政:以赛为媒架起交往桥梁 王军霞:建议参与为主循序渐进

据悉,本次甬马缘起于纪政女士的一个提议,“在美丽的东海之滨,在蜿蜒的七彩彩虹畔,能否举行一次携手两岸、共叙友谊的马拉松赛事?”纪政表示,甬台两地地缘相近、人缘相亲、经济相联,她希望以赛为媒,架起宁波和台湾之间的交往桥梁。“许多台湾跑友或跑团过来参赛,既是来看看宁波的发展之美、人文之美、自然之美,也是过来走走亲戚、叙叙亲情,更可以在这种交往中,增加对宁波的投资信心。”

奥运冠军王军霞说,马拉松是一项竞技比赛,更是一项极限运动,参加比赛要量力而行、循序渐进。“马拉松赛事风靡全国,大家要抱着参与为主的心态。我特别建议初跑者不要操之过急,别跑全程,没有锻炼基础很容易受伤。”她透露说,她丈夫锻炼了2个月之后去参加半程马拉松,当时坚持到底跑完了半

马,但跑完后的几天里总是膝盖痛。“我很佩服他的毅力,但不赞同这样的行为。”

“兔子”代表徐志明:这是我见过最美的赛道

此次甬马的官方“兔子”(马拉松定速员)共有90人参与海选,经过专业评审,最后评选出了19名官方“兔子”和5名候补“兔子”,他们将共同领跑甬马。来自上海的徐志明有过5场“兔子”经验,他表示,“兔子”精神是一种奉献精神,一种甘为人梯的精神,不管是勇往直前的“兔头”,还是跑在最后关门前的“兔尾”,都是值得尊敬的。对于甬马赛道的印象,徐志明说,整个赛道由自然生态禀赋和城市生态景观构成,随处可见芦苇荡、银杏泛金,这是他见过的最美赛道。

此次报名全马的张立军是土生土长的宁波人,有7年跑龄,参加过20多场全马比赛,在去年的无锡国际马拉松赛上以3小时03分的成绩跑完全程。他说自己参加马拉松,就是从跑步过程中收获健康的身体,收获快乐的心情,收获对人生的自信。这次参加家门口的甬马,很自豪也很骄傲,希望自己取得更好的成绩,展示宁波人的运动、激情和热情。

外围亮点

甬城交警第一男团护航甬马

9名平均身高超过180厘米的“长腿欧巴”,驾驶重约350公斤的本田ST1300巡航摩托,分批次为全马、半马、迷你马拉松开道引路,承担赛道护卫及应急突发事件的处置任务。

救护车可3分钟内赶到现场

甬马总共安排了来自宁波市区及慈溪各大医院的医疗志愿者500多名,组成6个医疗小组,可保证甬马赛道平均每公里有11名医护人员参与监护与救援。

医疗团队分为救护组、防猝死第一救援组、应急医疗辅助车辆组、流动医疗志愿者组、赛道医疗志愿者组及固定医疗点组等6个小组。其中,由34辆急救车组成的救护车组覆盖整条赛道,可保证在3分钟内赶到事发现场。全赛道共设置有19个固定医疗点,方便医疗人员及运动员就近施治和就医。

《三里屯的朋友圈》“全素人”主演

中国首部真人剧《三里屯的朋友圈》22日在京举行开播会。

听说过“真人剧”这个概念吗?从该剧打出的广告语“素人演员,本色出演,真生活真镜头”,能够知悉它的大概轮廓。据了解,它就是要打破真人秀与电视剧之间的界限。《三里屯的朋友圈》这部以“全素人”为标签的剧充满实验意味,以“三里屯”这个地标和文化符号展现都市青春和友情爱情。

当日,现场亮相的14位参演素人中有餐馆老板、时尚买手、兼职模特、淘宝店主、在校大学生等等,这些人中间有的是合租关系,有

的是老乡,也有的是闺蜜或者准情侣,来自真实的生活关系也让他们进入同一个圈子。关于没有大咖如何吸引观众的问题,制片人何瑾表示:“这真的是一个很神奇的节目。所有的人物,他们的情感、泪水和笑容都是真实的。”据悉,制作方希望把这部真人剧当作一次“青年观察实验”。

据透露,除了目前加盟的素人外,三里屯朋友圈还会扩张和变化,剧中不可预料的生活故事甚至可以让观众一起互动走入荧屏。该剧将于10月27日晚起登陆湖南卫视。

梁晓雯

亚迪金色表特价 99元



为庆祝亚迪金色表上市8周年,亚迪表业特举办金色表超值特卖活动,外观高档大气的金黄色表原件398元/只,此次以特价99元/只特卖,旨在推广体验,回馈新老顾客。上市8年特价优惠,机会难得。免费送货,货到付款。

数量有限,售完为止! 订购热线:400-888-0766

2015年西藏冬虫夏草超低价钜惠活动开始啦!

实体店销售:买得放心 买得实惠 假一罚十 质量有保障

冬虫夏草,因上佳的营养价值,自古以来,就被视为“滋补珍品”。其主要分布在海拔4500-6000米的西藏那曲青海玉树一带。

<p>特价冬虫夏草 80元/克 (自己吃很实惠)</p>	<p>2500头/斤 特价冬虫夏草 95元/克 无断草、无牙签、现场挑选!</p>	<p>三重优惠</p> <p>优惠一:凭麦云参茸商行会员卡可以享受98折优惠;</p> <p>优惠二:60岁以上老人凭身份证可以享受98折优惠;</p> <p>优惠三:凭肾病、肿瘤病、呼吸道疾病、等病历证明,均享受98折优惠。(解释权依法归活动主办方)</p>
---	--	---

(更多品种,更多规格! 详情进店咨询)
麦云参茸商行:文山三七(每斤199元,买三斤送一斤);雁荡山鲜铁皮石斛150/斤,云南玛卡(每斤200元,买一斤送半斤)、燕窝、灵芝、灵芝孢子粉等300余种养生滋补品全部产地直销
地址:镇明路611-613号(鼓楼对面100米)电话:81190227

不用看广告,谁用谁知道(新顾客一次性买5盒送2盒,按说明书服用一盒后,效果不满意可退货)。 老便秘,一粒通,不腹泻,无依赖

名实牌金舒通胶囊是以芦荟、火麻仁、枸杞子、郁李仁、莱菔子、西洋参、玄参、苦参、厚朴为主要原料制成的保健食品,经功能试验证明,本品具有改善胃肠道功能(润肠通便)。

【主要原料】芦荟、火麻仁、枸杞子、郁李仁、莱菔子、西洋参、玄参、苦参、厚朴,改善胃肠道功能(润肠通便)适用于便秘者,不适宜少年儿童。

卫食健字(2000)第0583号

【注意事项】本品不能代替药物
寻找老便秘朋友。通、补结合,通畅以后,每天一粒,按周期调理,越来越好,无依赖,您可拨打电话:0574-82850016,由专家指导服用,15盒一个周期。

特别提示:服用金舒通,大便通畅后,详细调

理方法请向店员申领优惠卡,仔细阅读。

买5盒送2盒,买10送5,买15送10,10个正品包装可免费换取一盒,此活动截止日期10月31日

原价:39元/盒 现价:28元/盒

地址:信谊药房(解放南路55号,外运大厦南100米);江东儿童公园西门对面越丰堂大药房;慈溪人民医院北门利民大药房;观海卫市场路80号兴岭大药房;北仑新大路432号新城药房;柴桥新桥南路159号新城大药房;象山天安路21号益民药房;象山石浦金山路148号利民大药房;宁海气象北路10号华泰大药房;奉化老电影院对面广平药房;溪口经堂南路30号平安百姓大药房;镇海大西门口西门菜场门口永心药店;骆驼慈海南路310号康旺大药房;鄞州镇明路工商银行隔壁印隆中西大药房;五乡菜场康旺大药房