

『心系寻常百姓 可读可用可亲』

宁波晚报



扫码下载 甬上APP

宁波日报报业集团主管主办 国内统一连续出版物号 CN 33-0087	今日12版 第10060期	2022年12月19日 星期一 壬寅年十一月廿六	新闻热线 87777777	今天 晴 -4℃~9℃ 明天 晴到多云 -2℃~15℃
---------------------------------------	------------------	-----------------------------	------------------	--------------------------------



甬马
鸣枪

宁波 跑起来!

NingBo

昨日9时30分,鄞州银行·2022宁波马拉松在东钱湖如期鸣枪,这是阔别3年后甬马再度回归。

本届甬马设置全程马拉松(42.195公里)、半程马拉松(21.0975公里)、欢乐跑(5公里)三个组别,以“钱湖氧吧,快乐甬马”为主题口号,聚力打造“运动宁波”城市品牌。

“以前选择跑步就是为了健康,这项运动对身体非常好,可以增强免疫力,也可以让自己在生活中保持激情。我过去参加大型比赛并不多,但是这次家门口的大赛,还是不想错过。我觉得参加跑步最关键的还是让自己保持一种健康的生活状态,而不是一味挑战自己极限,挑战成绩。适度训练才是最好的,对大多数人来说,参加比赛也应该是一种锻炼方式,觉得自己状态好,并且气候、赛道等方面都适合的时候,再去挑战一下自己的极限成绩也无妨。”60后选手余邦安说。

▶ A02

点球大战! 阿根廷夺冠

12月18日,在卡塔尔卢赛尔球场进行的2022卡塔尔世界杯足球赛决赛中,90分钟内阿根廷队与法国队2:2踢平,加时赛双方各进一球,在随后进行的点球大战中,阿根廷队击败法国队,这是阿根廷队继1978年、1986年后第三次夺得世界杯冠军。

图为阿根廷队球员梅西(右)在加时赛中进球后庆祝。
新华社发



广告

安心养老 一路有“宁”
宁波银行个人养老金
开户即享三重好礼

即刻扫码开户

敬告读者

宁波日报报业集团2023年度报纸订阅即将结束,如果您持有的《宁波日报》《宁波晚报》《现代金报》《宁波老年》订报卡尚未办理订阅手续,请于12月25日前尽快登录“网上自助订报系统”(http://faxing.cnnb.com.cn)办理订阅手续,您也可以到宁波日报报业集团各发行站办理订阅手续。自12月26日起办理订阅手续的,只能在明年1月10日后收到报纸。请勿错过订阅日期,以免影响您的阅读。

宁波日报报业集团
2022年12月19日

美编制图 周斌
责编 董富勇
审读 邱立波
朱忠诚