

明起春运开始了
好天气给力
助游子归乡



明天起,2013年的春运开始了。对于归乡心切的新瑞安人来说,春运期间的良好天气,有助于他们平安、顺利地回家,免受风雨兼程的各种不便。昨天,记者从市气象台得到好消息,春运第一周,我市将以晴到多云天气为主,天公作美有利出行。

据气象台预测,未来一周,我市以多云天气为主,27日前后我市有一次弱冷空气影响过程。今天,晴到多云,5-11;明天,多云到阴,5-12;后天,多云到晴,7-13;下周一,晴到多云,5-10。

据了解,昨起全省天气逐渐转为晴好,预计仅浙中浙南部分地区有弱降水,31日之前全省都没有明显的降水过程。在气温上,较前日出现回温,不过,今天和27到28日早晨气温较低,早晨期间大家还是要做好保暖工作。根据往年情况来看,春运期间是我市一年中最冷的时段之一,冰冻、冷空气大风、大雾发生较频繁。因此,出行的朋友要密切关注春运期间天气,让回去的路途更加舒适。

(记者 蔡玲玲 通讯员 司波)

冬季也去 流汗 男女不再有别 健身在瑞城越来越热

记者 欧苗苗/文 见习记者 王志/图

日前,记者走访我市几家健身会所,虽然冬季不是健身高峰期,但选择去流汗的却大有人在。

近年来,随着人们对身体健康的重视,健身热在我市持续升温,不仅健身会所越开越多,有意思的是,一些健身项目还突破男女界限。



在健身房健身项目多,可以得到针对性的健身指导,锻炼身体更有规划性,动作也更规范。正在健身的市民李文说。

记者在市区的一家健身中心看到,不管是在器械健身室还是在健美操室,都有许多年轻人在健身,他们大多为办公室一族。

在健身房里,常看到这样的固定模式:器械区成为男士的空间,跳操房总是女士的天地。健身项目中的这种男女有别,应该要纠正一下,事实上,这种男女有别的健身模式也正被慢慢打破。业内一专业人士说。

练瑜伽普遍被认为是女士健身的专利,

从“吃饭”到“流汗”

以前朋友相聚大多以聚餐为主,大家相聚一起吃饭聊天虽然很开心,但长期这样大吃大喝对身体健康并无益处。正在健身的陈志说,如今我们聚会的节目基本上都是一起运动健身,既便于沟通,增进感情,又出一身汗,锻炼了身体。

据了解,目前市区登记在案的健身会所

共有3家。于今年1月份进入试营业的瑞佳风尚国际健身会所在短短几天内,会员已经达六七百人。该会所拥有8000平方米室内健身面积,会所内除一般健身会所常设的健身操、瑜伽、器械练习、动感单车外,还增设攀岩练习区。

健身项目突破男女界限

在市区某健身中心的瑜伽练习室里,你会发现一班女性学员中,还有几位男士也正在认真地学习瑜伽。据介绍,这是瑞城男士减压的最新方式。

而在另外一家健身会所,不少女性却爱上了攀岩这一带有挑战性的男性健身项目。挑

战极限,训练自己的耐力,每次运动结束后,我都精力充沛。健身者张小姐说。

此外,动感单车、感应跑步机等快节奏的健身项目也不乏一些年轻女性青睐。许多人看中的是健身带来的快感及压力释放。瑞佳风尚国际健身会所负责人蔡东兴说。

2013 温州(瑞安) 春季房地产展览会

展览时间:2013年4月19日-21日

组织单位:瑞安日报 世联展览

展览地点:温州·瑞安市体育中心

协办单位:新路传媒

招展热线:158 6806 8819 (24小时) 联系人:樊先生

买房置业就等
红动瑞安、温州
数十名盘轰暴瑞安体育中心
展位火爆预定中

