

跑步、登山、骑行、广场舞、健身

塘下这些休闲健身点好玩不花钱



■记者 陈锦锦 钱枫枫

秋高气爽，休闲运动正当时！近年来，塘下镇的健身场所逐年增多，公共健身设施日趋完善，塘下人不出远门，便可在家门口运动起来。

近日，记者在塘下开展大搜罗，为大家列出以下这些健身场所，值得一提的是，这些健身点都是免费开放的。生命在于运动，得空，请跟随记者的脚步，动起来吧！



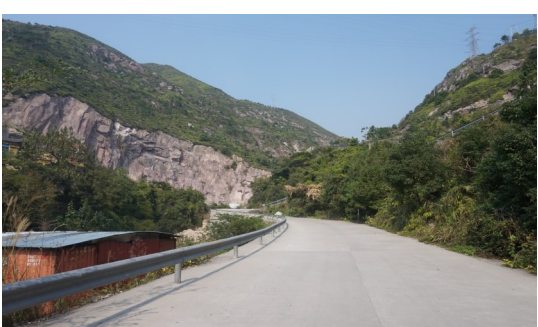
新坊灯光球场 地址：广场路新坊段
适合运动项目：篮球
因该球场配备了路灯，晚上想露天打球的居民可到此运动。



塘口村球场 地址：塘口村老人公寓旁
适合运动项目：篮球、乒乓球、健身
球场内不仅有篮球场，还配备了乒乓球桌和其他健身器材等。



陈岙登山健身步道 地址：陈岙村
适合运动项目：步行登山
来此锻炼的人可从该登山健身步道登上大罗山。



尖山（双桥村入口） 地址：罗梅线双桥村段
适合运动项目：跑步、骑行、步行登山
尖山双桥村入口处有一停车场，来此锻炼的人可将车辆停至停车场后，跑步、骑行或步行上山。



官进村健身公园 地址：官进村，塘永线新华西路旁
适合运动项目：篮球、乒乓球、休闲散步、健身
健身公园建在官进村的生育文化公园旁，公园的绿化完善，环境清幽，建有廊亭，适合休闲娱乐。健身公园内有篮球场、乒乓球桌以及各类健身活动设施。此处场地空旷，停车也非常方便。



霞林村健身点 地址：霞林村老人公寓对面
适合运动项目：篮球、乒乓球、健身运动
霞林村健身公园是由村出资建设，各类活动项目都集中在公园附近。除了在公园休闲之外，还可以运动一番，老少皆宜，非常方便。



三都岭公路 地址：新居村
适合运动项目：跑步、骑行、健身
这条通往山顶的公路绕山而行，弯度大，整条公路平坦没有台阶，适合慢跑运动以及骑行，到达山顶有健身设施可以锻炼，俯瞰山下，塘下美景尽收眼底。值得一提的是，这条公路由周边的热心村民筹资建设。



霞林健身公园 地址：罗梅线霞林村段
适合运动项目：步行登山
上山道路是水泥台阶，只适合步行登山。



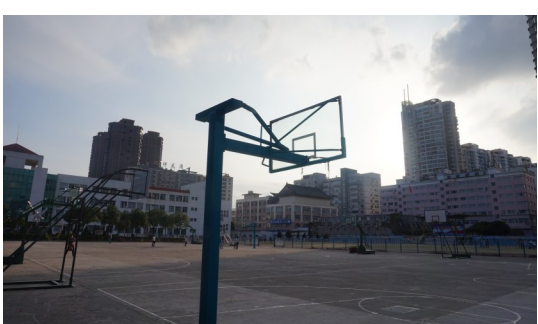
塘口公园 地址：塘口村老人公寓旁
适合项目：休闲散步
该公园是附近居民休闲散步的好去处，旁边还有塘口村的球场。



韩田国策主题公园 地址：国泰路
适合运动项目：休闲散步、广场舞、带孩子游玩
韩田国策主题公园内有大面积的水泥石砖空地，适合作为广场舞场地，公园内还有亭子、儿童游乐设施、雕像等。另外，公园绿化多，旁边的韩田大河水质清澈，风景迷人。



八水溪生态亲水公园 地址：八水村
适合运动项目：休闲散步
和其他公园不一样的是，八水溪在公园内静静流淌，公园内的步道绵亘蜿蜒，绿化精致繁茂，更能让人领略“水乡”风情。



塘下镇中心小学操场 地址：塘下大道东首塘下镇中心小学内
适合运动项目：跑步、休闲散步、健身、篮球
校内的篮球场非常大，可以同时容纳近10组球队。在篮球场旁边就是操场，空旷、舒适，标准的跑道非常适合喜爱健身跑的市民前来锻炼身体。



城东村健身公园 地址：城东村封闭式小区内
适合运动项目：篮球、健身、休闲
该村的健身公园底下是全村的排污处理点，空间有效利用，将空地改造成健身公园，让村民有了休闲娱乐的场所。



街心公园 地址：塘下大道转盘处
适合运动项目：休闲散步、春秋游、带孩子游玩
这里有大量的草坪，春天和秋日里在此铺上一方桌布，席地而坐和朋友畅聊、分享美食也不失一件乐事。



前北村健身点 地址：前北村办公楼后方
适合运动项目：休闲散步、健身
该健身点位于前北村村委会办公楼后方，公园内有不少健身器材，边上的原活动中心已于日前改造为该村的文化礼堂，设有道德讲堂、图书室、书画室及未成年心理辅导室等。



瑞安市实验二小操场 地址：实验路市实验二小校内
适合运动项目：休闲散步、跑步、放风筝
这个操场崭新的塑胶跑道是整个运动场的亮点。操场空旷，可以带孩子来放放风筝，休闲娱乐。需要注意的是，因为是学校对外开放的健身场所，要安排好健身时间，在不影响校内学生上课的前提下方可进来运动。



亿嘉广场休闲健身点 地址：塘下大道西首，亿嘉广场内
适合运动项目：幼儿滑梯、娱乐
这里大型滑梯是幼儿的最爱，傍晚、周末总能吸引众多小朋友来此休闲娱乐。