

单车为媒成就姻缘 塘下有对‘85后’骑行‘侠侣’

■记者 杨微微

他们是塘下乐途单车俱乐部里年轻的夫妻会员,他俩的缘分是俱乐部里的一段佳话,一件喜事。男主角叫蔡圣坤,女主角叫张晓霞,两人因单车结缘相识相爱,结婚时婚车车顶上都摆放着两辆单车,寓意两人以单车为媒成就姻缘。如今两人有了一个可爱的女儿,并计划着来一场一家人的骑行之旅。



无意间结缘单车

两人最初与单车结缘都是无意间的巧合。蔡圣坤比妻子接触单车要早很多年。2006年,还在杭州读大二的他,接触到单车社团,认识了一群爱好单车的朋友,购买了一辆二手山地车,自此开启了“疯狂”的骑行之旅。从杭州市内环线,到杭州至南京骑行拉练,再到用28天时间骑行丝绸之路,这距离他接触骑行才只有三四个月时间。好在蔡圣坤一直坚持跑步,身体条件好,耐力不错。

单车为媒两人结缘

2008年,蔡圣坤毕业回家,每天埋头工作,将单车暂时搁置一旁。2011年,他在塘下惊喜地看到一家专业车行,自此,他的单车生涯又“回归”了。几乎是同样的时间,一直在



婚车上载着两辆单车

“出发去乌鲁木齐前,骑车去了一趟南京。当时一个同学在南京读书,我说我骑车到南京了,就在他学校门口,把他惊呆了。”蔡圣坤说,2006年长途骑行的人还不是很多,装备也简单,几个朋友将车子用蛇皮袋一装就上火车,往西安走,再从西安出发骑往乌鲁木齐。第一次长途骑行,途中有不少的故事,同行4人都遭遇断粮断水,幸好路过的大巴车司机好心接济。“当时真的非常感动。

上海工作生活的张晓霞回到瑞安,看到妹妹每天发骑行的照片,计划买辆单车去骑行。巧合的是,张晓霞也在塘下一家专业车行购置一辆专业骑行车,并在车行认识一帮骑友。2011年12月1日,塘下一家车行开业,在集云山举行一场骑行赛,蔡圣坤和张晓霞在这次比赛中无意间遇见。“那场比赛有很多骑友参加,取了前18名,但女生只有我一人进前18,所以他关注到了我。”张晓霞说,当月,塘下乐途单车俱乐部成立,两人都成为第一批会员。俱乐部经常举办骑行活动,让两人互相熟悉。加上俱乐部内还有蔡圣坤的舅舅及

第一次骑行,也让我们收获了一些经验,尤其是西部日出日落时间和我们南方有差别,得合理安排好落脚点。”蔡圣坤说。“我喜欢那种在路上的感觉,自由自在,你不知道下一个点会遇上什么样的风景,什么样的人,一切都是崭新的。”蔡圣坤说,最初接触单车运动,就是感觉自己身体素质还不够好,想通过单车来改变自己,挑战自己。单车运动让他改变很大,不再犹豫不决,能更加勇敢地面对任何事。

朋友,年长一些的骑友时常打趣两人有“夫妻相”,无意何地撮合两人。也许是说者无意听着有心,蔡圣坤就此上了心,经常约张晓霞出去骑行,带她买装备等。久而久之,两人的关系就变得更加明朗。2012年,蔡圣坤亲自策划,将单车融入婚礼仪式。不仅迎亲婚车上摆着单车,婚礼仪式现场都融入了单车元素,连新人的入场都离不开单车。婚后,蔡圣坤和张晓霞有了一个可爱的女儿,两人虽然各有工作,但因为割舍不下对单车的热爱,盘下了一家专业单车车行。如今,两人正计划着带女儿来一场休闲骑行之旅。

既强身健体又收获友情 塘下有帮冬泳勇士

■记着 林翔翔/文 特约记者 曹建光/图

进入严冬,许多户外健身活动都因为天气寒冷人气骤降,但是塘下一群冬泳爱好者却没闲着。昨日,在八水村游泳池里,冬泳爱好者在一番热身,往冰冷的泳池里纵身一跃。“我们是在寒冬里绽放热情的‘泳’士,就算大雪天也照常下水。”一位冬泳爱好者说。

“在这里冬泳的基本都是塘下冬泳俱乐部的会员。”该俱乐部会长孙永银说,俱乐部成立于2009年,目前有120多名会员,大部分会员是企业主。平日里,会员们一有时间就会来八水村游泳池冬泳。据了解,八水村游泳池是塘下冬泳俱乐部的冬泳基地,现在平均每天接待约30人次冬泳爱好者。“冬泳让我又爱又‘恨’。”会员周树金说,刚下水时的一刹那,寒气自下往上袭来,全身如针刺般发麻,因此每次下水前都要做一番思想斗争。下水后,主要靠意志坚持。上岸后,整个人感到特别轻松,犹如脱胎换骨。“冬泳不仅增强了我的体质,也锻炼了我的毅力和意志力。”会员戴春联是一名企业主,坚持冬泳已近十年。每次去东北出差时,他明显感到自己抵御寒冷的能力以及对温差的适应能力较练冬泳前提高了。自冬泳以来,他觉得自己伤风感冒少

了,做事也更加专注、冷静。“现在我们协会里四五十岁的会员占大部分,还有60岁以上的会员,体质可不比年轻人差哦!”戴春联说。冬泳是一项团体性活动,队员间相互关照和互动,才能更好地坚持下去。“有一次晚上去市区冬泳,市冬泳协会的一位会员知道了,坚持来陪我,之前我们并不是很熟。”会员赵章林说。因为冬泳,塘下冬泳协会聚集了一帮志同道合的人,平日里大家结伴到八水村游泳,不定期地参加安全冬泳培训,此外会员们每个月聚餐畅聊,收获了真挚的友情。冬泳能强身健体、收获友情,但安全问题永远要摆在第一位。孙永银说,冬泳要掌握4个原则:游阳不游阴、游雨不游风、游雪不游雾、游清不游浑。在冬泳之前,一定要有适度的热身;冬泳初学者,要有一个循序渐进的过程,需要在秋天水温20来摄氏度的时候慢慢过渡到冬天,让自己的身体逐步适应。



塘下欧顿玉园幼儿园火热报名中



幼儿园地址:国泰路绿城玉园小区(罗风大酒店附近)

源自台湾 深耕幼儿教育事业20余年,具有丰富的教学经验,目前已有100多家连锁幼儿园。该集团服务业务横跨幼儿园、出版发行、少儿英语培训、师资教育培训等领域,服务区域遍布台湾、上海、江苏、浙江、广东、重庆等地。塘下欧顿玉园幼儿园是该集团在温州地区创办的第二所幼儿园。
特色课程 以中西文化融合教育为特色,以开展中外节庆活动为渠道,通过生活教育、亚太体能、舞蹈、游戏、奥尔夫音乐、绘本阅读、双语、逻辑狗、世界名画等活动,全

方位地开发幼儿多元智能,培养完整人格。以幼儿个性发展为本,以国际化理念设计、实施教育内容,为幼儿终身的全面发展奠定基础。
双语教学 我们最大的优势便是实行双语教学,幼儿园每班均配有一名全天在班的英语幼儿教师和半天的在园的白人外籍教师,确保“双语主题探究课程”的高质量实施。每个月幼儿园都会设计一个主题,让孩子掌握15—25个单词、8—12个句型、3—6首英文歌曲。在学期末,每个班级都会举办学期汇演,展示教学成果,既提高



孩子学习英语的兴趣,也让孩子充分展现自己,锻炼胆量。
小班制教学 托班、小班、中班、大班均实行小班化教育,1:5教学制度。我们遵循全天生活皆教育的办学宗旨,着眼于孩子的终生发展,把全人教育落实到每一个教育环节。招生对象2—6周岁幼儿,询:66070988