



快乐足球。韩华平 摄

秋高气爽 运动正酣

□本报记者 李志华

初秋时节,阳光柔和,天气渐渐变得凉爽,正是市民们走出家门、享受户外运动的好时光。在这座城市里,运动已经成为一种生活方式,无论是在公园里慢跑,还是在体育馆内挥汗如雨,人们都能找到属于自己的运动乐趣。

清晨,当第一缕阳光透过树梢,公园里已经有不少市民在晨练。他们有的在打太极、跳广场舞,有的或独自一人、或三五成群,沿着蜿蜒的小道慢跑,享受着

清新的空气和初秋的微风。傍晚,当夕阳的余晖洒满大地,市民们纷纷来到户外,又一个运动高潮在这座城市沸腾。小伙子们在足球场和篮球场上运动正酣,环城绿道上夜骑爱好者畅快驶过,他们享受着团队协作的乐趣。

运动不仅能够锻炼身体,增强体质,还能释放压力,愉悦心情。随着家门口体育场馆的增多,省城市民有了更多场地可以乐享运动。在这个初秋,让我们一起走出家门,拥抱运动,享受健康,共同感受生活的美好吧!



一个人的骑行。杨振勇 摄



迎着晨光,奔跑吧! 张颖 摄



赏景健身两不误。李海燕 摄



老当益壮。刘晓玲 摄



精神抖擞打太极。古月涛 摄