



不光有足球 里约还是跑步者的胜地

吹着海风,跑在细软的沙滩,跑在海边的公路。里约热内卢就是跑步爱好者的天堂。每天从清晨到日落,再到深夜,每一个海滩,都不乏运动的身影。沙滩足球、排球、足排球玩得不亦乐乎;慢跑、慢跑、散步,还有骑行者匆匆而过,穿梭其间;一旁还有练力量的,做瑜伽的,大家都沉醉其中,各得其乐。在里约20多天,记者切身感受到,运动和健身已经融入这座城市的每一根血管,流淌在每个人的身体中。里约,就是一座“运动之城”。

现代快报特派记者 韩飞周游



▲ 巴西特警正在跑步
▶ 地面上标着距离

完全免费的体育公园

离记者住的酒店不远,就是位于里约市中部的弗拉门戈海滩。海滩边没有豪宅,没有商场和餐馆,只有一座巨大的体育公园,完全免费服务于所有在里约的人。

里约市政府1965年修建了这座涵盖整个海滩的体育运动公园。在这个面积达到1.2平方公里的公园里面,有数十个足球场、篮球场、排球场和网球场,而且大多数场地都是灯光球场,到了夜里两三点,只要场地上有人在打球,灯光都是亮的。

在球场与球场之间的空地上,往往放置了各种健身器材,供锻炼的人们使用;公园内修建了环形的双向跑道,可以跑步和骑自行车;在

这里,还有一个供年轻人玩滑板的U形池。

弗拉门戈体育公园是全面开放的,没有一堵围墙,所有健身设施也都是免费的,任何人都可以使用,遵循的原则是“先到先得”,当然在繁忙的周末最好还是提前预订。

弗拉门戈体育公园将是2016年里约奥运会马拉松、自行车等项目比赛的场地。而在里约西部的拉古阿湖,这个称为“里约的心脏”的地方也被建成为一个开放的公园,有着各种设施可以用于运动:环湖跑道、自行车车道、用于赛艇比赛的专用码头、足球场、篮球场……里约奥运会的多个水上项目会在这里上演激烈对抗。

没有尽头的跑步道

在巴西,跑步几乎是人们生活中不可缺少的一部分。

里约有长达30多公里的专用绿色跑道,让健身跑爱好者随时可以出发。而且大多数都直接铺设在美景相伴的海滩边或者湖边。跑步道上除了路跑爱好者,还有自行车爱好者和滑板运动者。

在弗拉门戈海滩边,高高的椰子树等热带树木形成了成片的绿荫,穿插其间的双向绿色跑道绵延7.5公里。当你跑在这条跑道上时,一边是瓜拉巴纳海湾,满眼白色的沙滩和起伏的海浪;一边是宽阔的滨海大道,前方不远处则是里约最著名的景点面包山和隐隐闪现的基督山圣像。

在跑步道的地面上,每隔100米就会有一个距离标示:0米、100米、200米……1000米、1100米……这样贴心的设计可以让跑步者清楚地了解自己已经完成的距离,根据身体状况调整自己的步伐。

不只在弗拉门戈海滩,里约几乎所有的海滩都有专用的跑步道,包括著名景点卡帕卡巴那海滩、伊帕内玛海滩。而且沿着里约长长的海岸线,绝大部分专用跑道是相连的,可以让你一直跑下去,尽情地欣赏这座城市几乎所有的风景。不少跑步爱好者甚至不在专用的跑步道上跑,而是直接选择光着脚跑在沙滩上。当涨潮的海水轻抚奔跑者的脚面,这是多么令人惬意的感觉。

跑完还能享受按摩

由于跑步运动的风靡,海滩边的相关产业也是非常兴旺。在跑步道上的绿地,或者是沙滩上,隔个几百米就会看到简易帐篷和按摩床。这里提供按摩服务,非常受当地跑步爱好者的欢迎。很多人都愿意跑完之后做个按摩,放松一下自己的肌肉。同时,花个4.5雷亚尔(人民币13元左右)喝一个冰镇过的椰青,那沁人心脾的爽快直接就叫人忘记了运动后的疲惫。

周末和节假日,警察会将弗拉门戈海滩一侧的滨海公路全部封闭,专门来给运动爱好者使用。来回八车道,横着跑都行。

福彩专版



苏州彩民大复式中双色球545万

则开出遗漏仅3期的大号16,当期末等奖开出640万多注。当期双色球头奖开出3注,其中,江苏1注,江西1注,湖北1注。

当期二等奖开出106注,单注金额24.3万多元。其中,湖北彩民揽29注,成为当期中出二等奖注数最多的地区。此外,当期其他地区二等奖均未超过10注。其中江苏占2注,被南京和苏州彩民中得。

双色球第2014072期全国销量为3.24亿元。广东(不含深圳)当期双色球销量为2575万多元,高居第一,浙江则以1930万多元销量位列第二,山东1729万多元排名第三,重庆1612万多元排名第四,江苏则以1573万多元跻身第五的位置。

苏州彩民大复式中奖

当期江苏的1注一等奖出自苏州,中奖彩票是一张自选13+2复式票,也就说这位彩民买了13个红球,2个蓝球号码,出票时间为6月26日17点49分34秒,由于是复式投注,这张彩票共计中得一等奖1注、二等奖1注、三等奖42注、四等奖357注、五等奖1015注和658注六等奖,合计中奖奖金545万多元。

江苏彩民在今年的73期开奖中共获得一等奖50注,二等奖622注,其中千万元大奖5个。这5个千万富翁分别是第2014003期南京1个,购买于南京市佛心桥19号32015176投注站,出票时间为1月7日19点39分13秒,采用了一张6+2

复式进行了2倍投注,中得奖金1595万多元;第2014017期常州1个,售出于常州市天宁青龙紫云苑8号32045123投注站,中奖彩票是一张自选5注10元,中奖金额1066万多元;第2014024期苏州1个,售出于苏州吴江市平望镇羊毛衫市场32056025投注站,中奖彩票是一张倍投单式票,投注金额10元,中奖金额1094万多元;第2014036期南通1个,售出于南通市启东中远船厂32065805投注站,中奖彩票是一张自选倍投票,1注号码进行了5倍投,投注金额10元,中得5注一等奖,中奖金额为2674万多元;第5个是当期盐城彩民中得2注一等奖,中奖金额为1000万多元。

苏彩

彩市公告牌

宜兴中福在线 时隔一天再爆25万

炎炎夏日,江苏福彩中福在线销售厅最近成为彩民休闲纳凉的好地方,全国累积大奖25万元一个接一个在各大销售厅上演,6月24日,宜兴荆邑路销售厅再传捷报,一彩民再中“连环夺宝”游戏爆机大奖,成为今年宜兴市第5位25万元大奖得主,更不可思议的是与上次中奖仅隔一天。

中奖彩民老李是一名私营业主,空闲时间最大的消遣就是来福彩销售厅坐一坐。老李介绍他自己也是两个月前才来到荆邑路销售厅的,发现这里大厅宽敞透亮,工作人员也服务亲切,又有他最喜爱的“快3”游戏,正值快3游戏5000万元大派奖,老李一期也不落。“快3”10分钟开奖一次,但对于他这种守号的人来说,等待开奖的时间是充裕的。经工作人员介绍,老李知道了福彩有一种视频彩票——中福在线,便办了张投注卡试了试手气。

慢慢地,老李适应了这种模式,一边买“快3”,一边玩中福在线,可谓两全其美,互不耽误。6月24日晚上9点48分,他正玩到“连环夺宝”第三关的时候,幸运拍出了24颗绿宝石,惊喜斩获25万元大奖。看到屏幕上的中奖提示,老李难掩激动心情:“虽然玩中福在线的时间不长,但我始终坚持‘长期、稳定、量力而行’的原则,不把中大奖当成唯一目标,重要的是在于参与过程,享受其中的乐趣”。更不可思议的是与上次中奖仅隔一天。

陈晨

彩市万花筒

刮新票“黄金盛典” 赢汽车、黄金奖上奖

近日,江苏福彩刮刮乐再添新成员——“黄金盛典”。“黄金盛典”,顾名思义,这款新游戏的票面将带给您耀眼、炫目的感觉:彩票的正面,画面中央由一块块“金砖”堆砌而成,金光闪闪,配合深蓝的底色,整张票面更显高端、大气,超强的视觉冲击力,使票面的财富主题显得淋漓尽致,极具购买诱惑力。“黄金盛典”面值20元,最高奖金达到100万元。

两种玩法31次中奖机会

“黄金盛典”共有两种玩法,中奖奖金兼中兼得,累计中奖机会次数高达31次,并且玩法简单、易上手,带给彩民“玩得过瘾”的畅快之感。

“玩法一”是彩民非常熟悉的对数字玩法,为了容易记忆,方便比

对,采用了“2对28”形式,玩法简单,又充满游戏乐趣。同时,在“玩法一”中还加入了“元宝”“金条”等附加玩法元素,奖金翻倍、通吃,大大增强了游戏的趣味性和吸引力。例如,如果刮出元宝图符,可获得该图符下方所对应的奖金的两倍,如果刮出金条图符,可获得“玩法一”区内所有的28个奖金之和,中奖奖金兼中兼得。

如果“玩法一”没有刮“过瘾”,还可以继续“玩法二”的游戏。“玩法二”设置了3次机会的即中游戏,只要刮出“金币”就可以中得该奖符下方所对应的奖金,并且中奖奖金兼中兼得。

汽车、黄金奖上奖

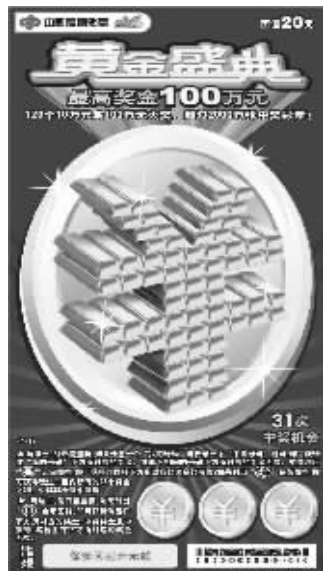
自2014年7月1日起至2014年

12月31日止,江苏彩民若在“黄金盛典”彩票“玩法二”中刮出“特殊奖符”即可获得相应礼品。刮中“汽车”特殊奖符的,获赠8万元汽车壹辆或等值现金;刮中“三个金冠”特殊奖符的,获赠3000元黄金或等值现金;刮中“两个金冠”特殊奖符的,获赠200元“黄金盛典”彩票;刮中“一个金冠”特殊奖符的,获赠60元“黄金盛典”彩票。

“黄金盛典”特殊奖符“汽车”和“三金冠”刮中者,一律到当地市福彩中心兑奖;“两个金冠”及“一个金冠”刮中者,到福彩刮刮乐中心站点兑奖。

“黄金盛典”,惊喜一夏。刮“黄金盛典”,赢百万大奖,汽车黄金奖上奖!让我们期待“黄金盛典”带给我们无限幸运和惊喜!

苏彩



新票样