

冬日清晨,

他们在享受运动

■文/图 本报记者 李西

一日之计在于晨,市内大大小小的公园、广场内,晨练以其独特的魅力每天吸引着各年龄段的人们参与其中。

雁城已进入大雪时节,早晨的气温也逐渐降低,寒冷的天气让不少市民选择了继续窝在被窝,享受温暖。但也有不少市民选择用各种锻炼去击败严寒。记者将闹钟设定为6点,从床上一咕噜爬起来,拿着相

机骑着小电动,来到市内几处公园,捕捉市民晨练时的优美身姿。

通过一段时间的早起参与,记者发现在晨练的队伍中,以老年人和中年人为主,却极少看见年轻人的影子。发觉身体需要保养时才去锻炼,或为时已晚。在工作、学习、生活节奏不断加快的今天,青年还需向坚持晨练的长辈们学习一份毅力,将健康锻炼排入日程表。记者也期待在冬日晨练的独特风景线中,见到更多年轻人的矫健身影。



晨练



平湖足球场,不少市民在这里晨跑。



岳屏广场运动爱好者们正在练习太极柔力球



市民开心享受羽毛球带来的快乐



越来越多的市民爱上晨练