



影像故事

人间烟火气从早市开始

□文/图 本报记者 王劲凯

早市是热闹的地方,这里充满烟火气,天刚蒙蒙亮时,路上的

行人稀稀拉拉,早市却是人潮如流,叫卖声、讨价还价声此起彼伏。肉、水果、蔬菜、日用品、衣

服……早市的商品琳琅满目,价格也合理,极大地方便了周围市民的生活。



理发



卖蒜的商贩



水果摊



橘子看着就很新鲜



挑选豆腐

不惧降温 冬泳爱好者燃起来了

□文/本报记者 王璐

□图/本报实习记者 丁浩

11月26日,呼和浩特市气温较低,在青城公园的游泳池里,却是另外一番热闹的景象,呼和浩特市冬泳协会的游泳爱好者们,迎着寒风,在户外泳池里游泳,感受着冬泳的乐趣。

“这几天还没到冷的时候,你看水面没结冰,这泳池的水多漂亮。”呼和浩特市冬泳协会办公室主任周胜军说。记者看到,在岸边的运动场地,还有十几位冬泳爱好者正在热身。

据了解,呼和浩特市冬泳协会成立于1987年,夏天活跃的会员比较多,有1700多人,最近每天参加冬泳的有300至400人,周胜军介绍:“我们的泳池从早晨六点开放至晚上8点,冬泳爱好者们每天都得游上一次,年龄80岁以上的有十几个人,都游得特别好,而且几乎每天都在坚持。近几年,也多了很多30多岁、40来岁的年轻人,他们也愿意来尝试冬泳。”

说话间,冬泳爱好者安宇天大爷已经游完了一个来回,他坚持冬泳已经有34年了。同样,冬泳爱好

者白音富、刘宝金都是坚持很多年的冬泳爱好者,他们表示,每天不来冬泳就感觉一天缺点什么似的。而另一名冬泳爱好者陈建业则认为冬泳能够增强机体免疫力,提高身体素质,所以就一直坚持下来了。而且还带动了10来个朋友加入了冬泳的行列,大家在一起游泳心情也特别开心。

对于长期坚持冬泳的人来说,似乎这已经是一件很简单的事情,但是周胜军也提醒大家,没有尝试过的一定不要随意模仿,要在专业人士的指导下进行冬泳,避免不必要的伤害。

