



四季漫游骑行队在芙蓉湖畔合影。 记者 李嘉 摄



广场
小喇叭

帝豪游园晨练站

地址:帝豪游园喷泉处附近
内容:太极拳、健身气功、健身操
负责人:陈玉霞、张焱
电话:13938908260
13903994841

许都公园晨练站

地址:许都公园北部
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李桂枝、周秋芝
电话:13639668923

青少年宫健身辅导站

地址:青少年宫门前
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:孙喜枝、于惠敏、陈彦娜
电话:13782216476

德星健身辅导站

地址:德星路与前进路交叉口东北角
内容:太极拳、健身气功、有氧健身操
负责人:宋四琴、薛芸
电话:13837439673

恒大绿洲晨练站

地址:饮马河东岸(恒大绿洲小区对面)
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李玲珑、裴红霞
电话:15936317790

七一社区健身辅导站

地址:魏都区南关街道办事处七一社区
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李新华
电话:15637444088

千亩游园杏林晨练站

地址:清漯河游园前进桥南
内容:太极拳、健身气功
负责人:高艳青、史淑琪
电话:13803746759

西湖公园东门晨练站

地址:西湖公园东门
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:杜红英、李琳娜
电话:15603896680

祥和游园太极辅导站

地址:许由路与仓库路交叉口祥和游园内
内容:陈式太极拳
负责人:李得恩
电话:18937481117



扫描二维码,欣赏四季漫游骑行队的风采。

想秀一秀吗? 请联系我们!
万誉:15939940252
李嘉:18539005599

文明骑行,我们在路上

核心提示

在许昌,有一支骑行队叫四季漫游骑行队,他们每天早上环绕许昌的游园、河湖、广场骑行,许多地方都能见到他们的身影。值得一提的是,前段时间,骑行队中有6人成为许昌市文明巡防员,在平时的骑行中对我市的文明创建工作进行巡访和监督,为文明城市建设贡献力量。

□ 记者 李嘉 文/图

既是骑手又是文明巡防员

8月23日清晨,芙蓉湖畔薄雾笼罩,鸟叫虫鸣。7时40分许,几十名骑行爱好者来到这里。他们戴着骑行头盔、眼镜、手套,身穿骑行服、骑行裤。随后,几名身着红色文化衫的骑行队员离开队伍,把车停在芙蓉湖畔,拿出手机开始拍照片。“我叫白成才,今年68岁。我们的自行车队叫四季漫游骑行队,我是队长。”其中一名老人向记者

介绍,骑行队中,包括他在内的6人昨天成为许昌市文明巡防员,职责是对市区公共设施、公共秩序、窗口服务、公共广告宣传、市民素质、志愿服务等创建工作进行巡访。

“我们刚结束今天的骑行活动,来芙蓉湖看看这里有没有不文明行为。”白成才说,作为一个市民,有责任、有义务呵护自己的家园。

白成才一边向记者介绍他们的情况,一边和队员在芙蓉湖畔巡访。

队员曾国庆说:“作为一名文明巡防员,我会在骑行中严格要求自己,遵守交通法规、不乱扔垃圾。同时,我还会积极宣传文明骑行的意义,争做文明风尚的传播者和倡导者,用自己的模范行为带动身边的人,把文明风尚传播到城市的每一个角落。”

队员300多人,坚持骑行多年

白成才今年70岁,身体偏瘦,但看上去特别精神。2010年,白成才退休后一下子闲了下来,身体素质也开始下降,医生建议他锻炼身体。从医院回家的路上,白成才看到一群骑友欢声笑语、情绪高昂,他便萌生了骑行的念头。

“刚加入骑行队的时候,我骑行起来有些吃力,跟不上大家的速度。但我不服输,咬牙坚持。慢慢地,我的骑行距离从50公里增加到70公里。”白成才

说,他现在一天骑行200公里不在话下。由于他特别有亲和力和组织能力,大家都推荐他当队长。

“我们的队伍现在有348名骑友,经常参加骑行的有四五十人。队员年龄最小的20多岁,最大的70多岁。”白成才说,他们每周一到每周五早上骑行,有固定的骑行线路:从清漯河天宝桥出发,向北骑行到鹿马桥,再骑行到北海公园,稍微休息后骑行至芙蓉湖解散。

不仅在国内骑行,还走出过国门

“我2010年之前就开始骑车了。我们骑行去临颖、长葛时,路面坑坑洼洼的,有时候车轮陷进去就出不来了。记得去临颖骑行时,由于车辙太深,有队员还摔倒了。那时,河里的水不多,偶尔会散发出难闻的味道。”年近60岁的队员苏中恒颇有感触地说,“现在,路平了,水系环通了,游园多了,都是绿地,美景无处不在。而且现在许多道路都设置了自行车道、人行道,安全系数也提高了。每天骑行在许昌,我充满幸

福感。”

“许昌的骑行队伍有好几支,在平时的交流中,大家都说家乡的环境好了,每次骑行过程都很愉悦。”白成才说,他和队员不仅在国内骑行,而且国内线路也几乎骑了个遍。2019年春节期间,他和市里的其他骑友还走出国门,前往越南,在越南最美的一号公路骑行。最后,他们从胡志明市搭乘飞机回国。“越南像20世纪八九十年代的中国。出了国门,我才真切地感受到祖国

的强大。那里部分景点流通人民币,国人的骄傲感油然而生。”

“我们骑行队的口号是四季漫游,文明骑游;四季漫游,健康骑游。大家在骑行中不仅欣赏了风景、锻炼了身体,而且收获了友谊。”白成才说,随着生活水平的不断提高,低碳、健康的自行车运动已深入人心。他们将健康骑行与文明出行结合在一起,期待更多的自行车爱好者加入他们的队伍。