

永康 跑马团 上百人征战杭州马拉松 50岁 女跑神 拿下杭马全程第29名

前几天,第29届杭州马拉松在杭州黄龙体育中心鸣枪开跑。50岁的我市市民陈新胸前挂着13573号号码牌,穿着短袖短裤,参加了全程马拉松比赛。

记者了解到,包括陈新在内,我市共有上百名长跑爱好者参加了当天的比赛。这些选手组成了永康跑马团,与3万多名国内外选手同场竞技。

记者 陈凯璐 王导



赛场上的陈新

身材瘦瘦的陈新跑出3小时42分的好成绩

陈新今年50岁,谁也想不到,身材瘦瘦的她竟会取得这么好的成绩。本届杭马,陈新以3小时42分的成绩,闯进了全程马拉松女子组前30名。这是我市跑马团在本届比赛中取得的最好名次。

其实我也没想过自己能进前100,更何况是第29名,这也是我目前跑马拉松最好的成绩。尽管比赛已经结束了几天,陈新说起这次比赛依然

很激动。

陈新是我市某公司的一名会计,是一名不折不扣的长跑爱好者。2013年,陈新开始在香港公园跑步锻炼。在那里,陈新结识了一群同样爱好跑步的跑友,并从他们身上学到了很多跑步的技巧。陈新说:以前,我就是一个人闷头跑,跑不了多久就会气喘吁吁。后来,他们教我长跑和短跑的不同姿势,跑步时如何调整呼吸等技

巧。在他们帮助下,我进步很快,这次拿到这么好的成绩,也是多亏了这帮跑友。

我现在爱上了跑马拉松,跑的过程虽然很累,但让我感觉到很快乐。一路上也会有各种各样的人帮我加油助威,感觉很好。陈新说,去年开始,他参加了杭州、北京、厦门、无锡等地的马拉松比赛,而且跑的都是全程,虽然没有拿到名次,但乐在其中。

首届杭马 男子组冠军由永康人获得

杭州马拉松的前身叫中日西湖桂花马拉松赛。1987年10月11日,为庆祝浙江省和日本静冈县缔结友好省县关系5周年,浙江省体育部门和日本静冈县日中友好协会联合发起举办首届中日西湖桂花马拉松赛。那次的冠军就是永康人郑加利,他以1小时08分的成绩,摘取了男子组冠军。

那些年,郑加利绝对是浙江马拉松界的大咖,曾5次代表浙江赴日跑马。28年过去了,曾经的帅小伙已经变成了大叔。

我很久没关注跑步了,没想到永康现在有这么多热爱跑步的年轻人。他们问我能不能带领他们一起比赛。所以,我决定再次参加杭州马拉松

赛。郑加利说。

时隔五年后再度复出,郑加利没有跑全程(约42公里),而是改成跑小马拉松(7公里),跑进了前三名。

事实上,我市像陈新一样的跑马爱好者,并不在少数。今年的杭州马拉松比赛,起码有100名永康人参加。郑加利说。



龙山镇篮球赛鸣金

由龙山镇团委主办,为期一周的龙山镇首届青年篮球赛,6日在龙山镇桥下三村圆满结束。此次比赛共有6支队伍参加。经过激烈角逐,中月置业夺得冠军。

记者 杨成栋 摄

礼让斑马线 文明劝导在继续 竖起大拇指 带出文明风

记者 李凌灏

本报讯 7日早上,10余名来自市志愿者协会的文明交通劝导员早早来到九铃路 丽州路交叉口,手举大拇指形状的劝导牌。在市交警大队一中队交警指导下,他们对过往车辆和行人进行文明劝导。

劝导停在斑马线上的车辆驶离、拉住不走斑马线的行人、红灯亮起时用劝导牌拦住右转车辆、搀扶腿脚不便的老人过马路,劝导员们很快就进入了状态。

其实大家都听劝,没有想象中的压力大。劝导员郎远洋是此次文明劝导活动的领队。他向让行车辆竖起大拇指。看着行人和车辆秩序井然地通行,他感到特别自豪。

记者在路口随机采访了几名停车让行的机动车驾驶员。一位面包车司机说:我最近从报纸上、网上看到礼让斑马线的新闻,受这种好风气感染,现在开车也开始更加注意斑马线了。一位小车司机则说:为了大家的安全,行人过马路也应该遵守信号灯。如果行人乱闯红灯的话,司机也很烦心。

看劝导员们忙得不亦乐乎,一位刚从超市出来的老大爷赞不绝口:这个活动开展得真好,这才是一个城市该有的样子。希望有关部门能够对不遵守规定的车辆和行人进行惩罚,文明风气才能一直延续下去。



关于调整工伤保险费率与生育保险费率政策的通知

为减轻用人单位负担,增强经济发展动力,更好贯彻《社会保险法》,使工伤保险费率与生育保险费率政策更加科学、合理适应经济社会发展的需要,经市人民政府批准,自费款所属期2015年10月1日起调整工伤保险费率与生育保险费率政策。现将有关事项通知如下:

一、工伤风险类别划分、行业差别费率及其档次确定

按照《国民经济行业分类》(GB/T 4754-2011)对行业的划分,根据不同行业的工伤风险程度,由低到高,依次将行业工伤风险类别划分为一类至八类。根据永政办发[2015]161号,一类至

八类分别在该行业用人单位职工工资总额的0.3%、0.6%、1.05%、1.35%、1.65%、1.95%、2.4%、2.85%。

二、生育保险费率确定

根据永政办发[2015]162号,生育保险费率调整到用人单位职工工资总额的0.5%。

永康市财政局

永康市地方税务局

永康市人力资源和社会保障局

2015年11月4日