

# 南都晨报小记者亲子马拉松激情开跑 向着春天 奔跑吧少年

□蒋坤

4月21日,南都晨报小记者亲子马拉松启动,近400名南都晨报小记者及家长参加,共同感受运动的魅力。

活动当天,天空湛蓝,阳光明媚,小记者和家长们早早来到集合地,签到领取号码牌和任务卡以后,一个个摩拳擦掌,准备迎接即将到来的挑战。

南都晨报社副总编辑王勇表示,此次亲子马拉松活动,旨在增进小记者和家长的亲子关系,同时,培养小记者吃苦耐劳的优秀精神和坚韧不拔的优良品质。希望通过此次活动,向大家传递健康生活的理念,让更多的人参与到运动中,享受运动带来的快乐。

南阳市口腔医院内科主治医师李春晓告诉小记者和家长,在比赛过程中,要注意补充水分,保持平和的心态。奔跑时要保持匀速呼吸,如果发现身体不适,要立刻停止参加比赛,及时向现场医务人员求助。赛后不要立刻坐下休息,要进行适当的恢复运动,以减轻肌肉酸痛和疲劳。

在威萌健身教练马心灵的带领下,小记者和家长们进行赛前拉伸运动。随着主持人一声令下,亲子马拉松正式拉开帷幕。

此次亲子马拉松从七一路与滨河路交叉口出发,途经滨河大道与仲景大桥交叉口,过白河大桥,沿白河大道至清阳桥返回,全程7公里。小记者和家长们需按照既定路线出发,沿途设置有4个打卡点,小记者和家长们需到每个打卡点完成打卡。沿途的风景美不胜收,滨河大道绿

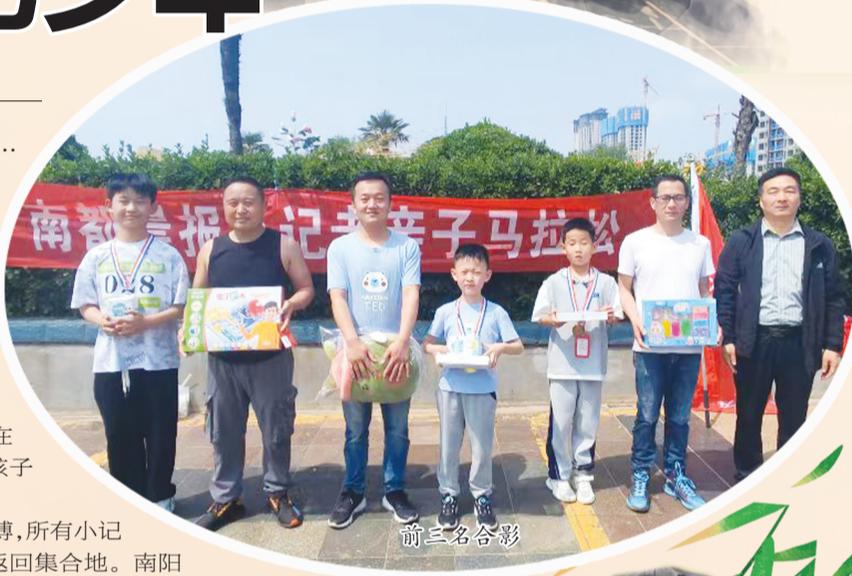
树成荫、白河大桥雄伟壮观……小记者和家长们不仅享受了运动的乐趣,也欣赏到了白河两岸的秀丽风光。

比赛过程中,家长和小记者们相互扶持,共同前进,用汗水和坚持书写着亲子间的深厚情感。小记者们在家长的鼓励下,展现出惊人的毅力和拼搏精神;家长们则在陪伴孩子的过程中,感受到了孩子成长的喜悦和自豪。

经过一个多小时的努力拼搏,所有小记者和家长都顺利完成了比赛,返回集合地。南阳三色鸽乳业有限公司、南阳三色鸽食品有限公司、南阳桦林眼科、耀莱成龙影城建业凯旋广场店为每位参赛小记者准备了精美的礼品,南都晨报小记者中心的工作人员为获奖的小记者和家长颁发了奖牌和奖品,家长和小记者们的脸上洋溢着喜悦的笑容,他们相互拥抱,庆祝这一难忘的时刻。

“比赛的前两天,我特意让妈妈带我熟悉一遍比赛线路,争取在比赛中获得好成绩。比赛的时候,我跑得满头大汗,但是我始终在努力坚持。最终,我获得了第11名的好成绩,我非常开心。这次活动也让我明白了,只要努力,一定能获得自己想要的。”南阳市第四完全学校晨报小记者丁浩骏开心地说。

此次南都晨报小记者亲子马拉松活动,不仅让小记者们锻炼了体魄,学会了坚持与拼搏,更让家长们陪伴孩子的过程中,增进了与孩子的情感联系。



优秀选手合影

前三名合影



返回集合地点

