

# 日月湖边晨练人

图  
文  
本  
报  
记  
者  
傅  
青



伴着动感节拍，迈开有力的脚步。



新的一天从晨跑开始。



练太极的人们，一招一式都那么认真。



老人们伴着朝阳骑行，风采不减当年。



赤橙黄绿青蓝紫，手持彩带当空舞。

每一个清晨，日月湖边都是晨练者的好去处，他们一边享受着新鲜空气，一边锻炼身体。跑步、压腿、打太极拳、骑行、徒步……不同的晨练形式，构成了日月湖早晨的一道独特的风景线。

在方兴未艾的全民健身浪潮中，晨练以其独特的

魅力吸引众多市民参与其中，特别是中老年人，他们成为晨练的主力军。享受晨练的快乐，跑起来、跳起来、舞起来……这些晨练的市民高兴地说，咱老百姓赶上了好时代，过上了好日子，都希望有一个好身体，让生活更加幸福。



看图说话 文/图 见闻



本栏目文字与照片来自见闻微信朋友圈  
(见闻微信号: ziliaoran)



## 大美肘歌

列入非物质文化遗产名录的宁陵肘歌，来自民间的舞蹈，传承千百年。借助华商节展示，终于近距离得见。大美！（10月17日）



## 民间绝活

二鬼摔跤、麒麟舞、背媳妇，来自商丘，传统技艺，民间绝活，均列入非物质文化遗产名录，拍案叫绝。（10月17日）

## 随手拍拍



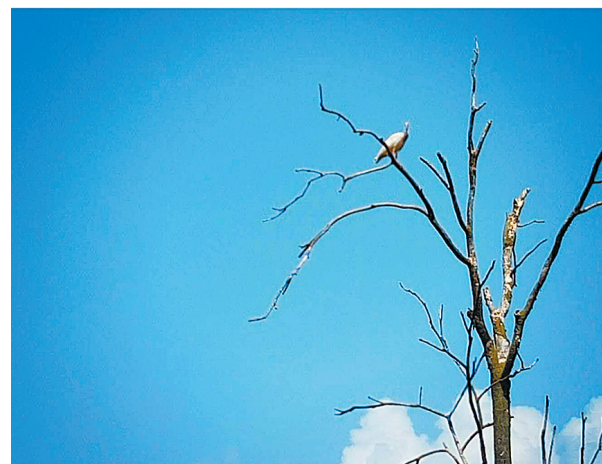
比试

罗时东 摄



演出前

穆平 摄



独立枝头

石松 摄