

新消息报“宁夏中房杯”健身跑4月14日鸣枪

@参赛选手,4月10日起可领取参赛包

本报讯（记者 赵锐）2024新消息报“宁夏中房杯”健身跑开赛在即，目前，赛事各项筹备工作正有条不紊顺利推进中。活动组委会提醒广大参赛者，4月10日至12日（每天9时至17时30分），4月13日9时至19时，参赛选手可

携带本人身份证件，前往银川市金凤区团结路西端中房·云上阅海营销中心领取参赛包。

新消息报健身跑活动已成功举办7届，累计有3万多人次参与到这项活动中，并逐渐发展成为宁夏最有影响力、最受广大市民喜爱

的全民健身品牌活动之一。本次健身跑活动将于4月14日鸣枪，设置有半程马拉松、8公里竞速跑、机关、企事业单位员工及市民欢乐跑3个项目，预计活动总人数约2800人，活动起终点设在银川市金凤区团结路中房·云上阅海营销

中心主会场。

2024新消息报“宁夏中房杯”健身跑活动由银川市体育局、新消息报社联合主办，银川市金凤区文化旅游体育广电局、宁夏中房实业集团有限公司、宁夏终点线体育赛事策划有限公司、银川市田径运动协会协办。

张国富：奔跑不息，热爱不止！

本报记者 赵锐

一年10场马拉松，热切期盼健身跑“回归”

杨凌农科城半马、1小时07分17秒、亚军，宁夏贺兰山东麓葡萄酒产区半程马拉松路跑双季赛（春季赛）、1小时09分19秒、冠军，山西汾阳贾家庄半马、1小时09分03秒、季军，西安（星河湾）马拉松赛、1小时07分42秒、亚军……

2023年，宁夏马拉松跑者、90后张国富不断奔跑在杨凌、鄂尔多斯、兰州、西安、南京等地，用10场马拉松赛事保持着规律的训练节奏，热切地盼望着新消息报“宁夏中房杯”健身跑“回归”。

“得知健身跑4月14日鸣枪后，我第一时间把这个好消息分享给原点跑团的跑友们，大家瞬间都

沸腾了！”张国富所在的跑友群里，大家纷纷表示要参加。

“明媚的春光里，让我们穿行于览山、阅海之间，用脚步丈量银川的无限风光。”“大家好好备战，在生机勃勃的春天，奋力向前，奔赴梦想！”

跑友群里，消息不断弹出，张国富兴奋不已。“我是健身跑的老朋友了，连续两年和几千名跑友，迎着第一缕晨曦跑进新年，那感觉，别提多震撼了！”在他心中，这项举办了7届的赛事很棒、赛道很美，赛事组织、服务等方面都做得很好，健身跑是宁夏跑步圈内极有意义的存在。

带动更多人跑步，期待奔向更好的自己

张国富是名中学体育教师，2014年前后，当全国掀起长跑热潮时，他也开始接触马拉松这项运动。

起初，半马21.0975公里的距离令他望而生畏，更别提全马。但经过四五年的不断尝试、坚持，当脸颊汗水热辣滚烫，耳畔传来烈烈疾风，终点线近在咫尺时，张国富爱上了奔跑，爱上了奔跑带给他的快乐和成就感。

2019年，张国富首次参加新消息报“宁夏中房杯”健身跑，获得青年男子组季军。2020年，张国富再次参赛，斩获青年男子组冠军。2021年健身跑报名启动后，他早早报了名。

“很遗憾，健身跑因各种原因‘停摆’，但我始终没有停下脚步。”

张国富说，怀揣着对跑步的热爱和对挑战的渴望，他开始尝试参加全国各项马拉松赛事。几年间，陕西、内蒙古、甘肃、江苏等各项马拉松赛事都留下了他矫健的身影。

在朋友眼中，张国富不仅仅是一名马拉松跑者，更是健康生活理念的传播者。“他用自己的行动，激励和带动更多人加入跑步的行列中，让我们一起享受运动、享受生活。”宁夏跑友李明说。

目前，张国富工作之余正按个人计划，积极投入训练中。他期待今年能在家门口跑出好成绩，也希望所有跑友践行绿色低碳理念，安全起跑、安全抵达终点，享受逐风奔跑的快乐，奔向更好的自己，奔向更好的明天。

宁静住宅研习社
毫厘至微
宁静湖山之间

基于宁夏中房42年产品营造经验，立足城市生活的噪音痛点，宁夏中房·云上阅海特邀清华大学声学顾问团队，针对不同维度问题，反复进行专题实验，共同打造六重降噪体系。

作为宁静住宅，项目从标准上就比普通住宅提高5分贝，业主在夜晚睡眠质量可提高20%。

通过十余轮参数比对，定制铝包木窗×三层Low-E中空玻璃，比传统断桥铝门窗更好地吸收和阻挡噪声的传播。

多次隔声性能实验后，特别设计8毫米厚隔声拦截层，显著提升楼层间隔声量，吸收向下传输的脚步声和噪声。严选90毫米铸铝内木饰面装甲门，双向阻挡噪音传播，让关门声不再成为影响邻里关系的困扰。

墙体专门定制中房特供实心砖，提升声音振动阻力，并用水泥砂浆填实，有效隔绝住户之间的噪声干扰。机电静音体系1比1模拟真实场景，通过多种措施反复测试，直至达到起初设定的严苛标准。

双立管排水系统，三层复合工艺和特殊吸声材料的“黑科技”，具备较高通水及抗结垢能力，历经时间考验，隔音效果仍旧出色。

从一扇窗、一面墙，到一部电梯，对宁夏中房·云上阅海来说，再日常的环节，再细微的噪音，都值得细细思考，才能让静谧永恒，美好长存。



张国富（前）。受访者供图

特别鸣谢

宁夏中房集团

中国移动
China Mobile

北京2022年冬奥会官方合作伙伴
伊利 BEIJING 2022

麦尔乐

万杞园



中国福利彩票
CHINA WELFARE LOTTERY

喝开水

Ford
金岛长福

Scream
尖叫

Yinchuan Athletic Association
银川市田径运动协会

Finish Line
终点线体育
赛事技术支持

新消息报
官方微信