



在58秒内,穿222公斤铁鞋倒走10米 株洲小伙申报吉尼斯世界纪录

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/廖智勇)一步、两步、三步……天元大桥东桥头,一位扎着小辫的年轻男子穿着222公斤的铁鞋,在一条标注了10米线的步道上努力迈步,每走出一步脚下尘土飞扬,围观市民发出阵阵喝彩。

穿铁鞋锻炼11年

小伙郭柏麟,今年23岁,穿铁鞋锻炼11年。目前,他穿222公斤重铁鞋倒走10米的用时可以控制在58秒内,今年,他打算用这个成绩申报“用时最短踏铁运动”吉尼斯世界纪录。郭柏麟说,他已经按照吉尼斯世界纪录申报中心相关要求提交视频和相关公证材料,目前正等待申报中心审核确认。

“两只鞋加起来220多公斤,相当于3个人的重量,这个小伙子厉害。”围观市民孙大爷竖起了大拇指。

铁鞋鞋底由一层一层的钢板焊接而成,高45厘米,鞋面用铁环和布带固定。脱下鞋后,现场两名成年男子用铁棍合力搬运铁鞋,一番操作下来,两人累得满头大汗。

“不能全靠腿部力量,全身都要发力。”郭柏麟介绍,穿铁鞋走路不能光靠蛮力,还要靠巧劲儿,抬

专家:穿铁鞋健身有讲究

“穿铁鞋走路,全身都活动开了,可以强身健体。”郭桂秋希望推广这项运动。郭桂秋父子俩准备了20公斤级铁鞋供市民尝试,现场围观市民纷纷体验。

市中心医院创伤中心负责人邱尔敏认为,这项足部运动类似运动员在腿部绑沙袋,也是利用增加负重原理锻炼腿部肌肉,足部提起重物需要调动全身肌

腿的同时要挥动抬手臂借力,牵动全身肌肉配合足部发力上提。绑鞋带也有讲究,绑紧的同时还要保证绳索与足面均匀贴合,让足部均匀受力。“穿上铁鞋后正走、倒走都没问题,但一定要保持好平衡。”

郭柏麟练习这门“独门绝技”是受父亲影响。一直坐在旁边椅子上掐表看时间的老者便是小郭的父亲郭桂秋。

郭桂秋1996年开始练习铁鞋走路,近30年里,他不仅引导儿子入门,还发展了数十名爱好者参与这项足力运动。他为初学者准备了20公斤至100公斤的“升级套餐”,从20公斤开始,每次增加20公斤。

目前,郭桂秋父子都能驾驭总重量350公斤的铁鞋,他希望儿子此次挑战吉尼斯成功后,继续挑战“穿500公斤铁鞋行走”的吉尼斯纪录。

肉,一定程度上确实可以起到强身健体的作用。

他还提醒穿铁鞋健身的爱好者,参与时切忌贪多,注意循序渐进,根据个体身体素质、体重选择合适的铁鞋重量,以不出现疲劳性症状为宜。如果已经出现了脚部疼痛、皮肤破损,应当立即停止负重,及时到正规医院做检查。



郭柏麟穿222公斤重铁鞋行走。记者/廖智勇 摄

相关链接

徒步湘江毅行 今天开始领装备

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/杨凌凌)根据毅行活动安排,经组委会确定,欧微服饰2023徒步湘江毅行装备领取时间为5月19日、20日两天,毅行者可自行前往株洲日报社B座大厅(株洲晚报楼)凭报名信息、姓名以及身份证明领取。

关于领装备

领装备时间为5月19日、20日上午9时至晚上9时,领取地点为株洲日报社B座大厅(株洲晚报楼),大家凭报名信息、姓名以及身份证明领装备,原则上不予代领。

发放的物品为一件文化衫、一个胸牌。组委会提醒参与者,胸卡须妥善保管,到达卡点后贴标签到,在终点凭此证领取纪念证书。毅行全程必须全程将胸卡佩戴于胸前位置,有助于工作人员识别并提供相应帮助。

5月21日,请所有毅行者穿着组委会提供的纪念衫参加开幕式。

关于天气

徒步湘江毅行为期一天,设常规组(22公里)、亲子组(4公里)两个组别,参赛选手预计超过4000人。徒步线路选取从神农广场、芦淞大桥、分秧亭、枫溪港、樟树湾、杜甫草堂、钢琴广场等路段。市民们在徒步的同时,可以观赏优美的沿江自然风光,感受独具魅力的株洲风情。

天气预报显示,周日白天有雨,气温23℃-28℃。毅行大会可能迎来“雨战”,组委会会在现场准备一次性雨衣,选手们请根据自身情况做好徒步毅行的个人准备活动,如防晒工具、雨具等。

关于补给

毅行开幕式的列队区是根据组别进行划分,大家入场后要根据主会场标识(地贴)找到队伍列队区。本届毅行提倡公益环保,鼓励绿色出行,建议毅行者乘坐公共交通工具前往神农广场集合。

毅行沿途7个签到签均提供饮用水。设有1个补给点,提供赞助商提供的食品。22公里长距离选手千万要自己备足食物,巧克力、能量棒、饮料等都是需要的。最好随身带个小垃圾袋,保护环境,人人有责。

毅行不是竞技比赛,重在参与,挑战自我,祝愿每位选手都能完赛收获奖励,玩得开心!



自家车位安装充电桩遭物业拒绝 法院:物业不得无故阻挠

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/贺天鸿)既能降低日常用车成本,又能响应节能减排号召,新能源电动汽车近年来成为不少人的选择。然而,买了新能源电动汽车,也带来了充电桩的安装需求。按照相关要求,业主想在自己买的停车位上安装充电桩,需要物业公司出具同意书,但物业公司往往以存在安全隐患等理由予以拒绝。近日,天元区人民法院判决一起因安装充电桩而引起的物业服务合同纠纷案。

案情

业主要求安装充电桩,物业拒绝

据了解,原告黄某是天元区某小区的业主,并且购买了该小区的固定车位。被告某物业公司于2020年1月进驻该小区。

2022年12月,黄某的丈夫购买了一辆纯电动新能源电动汽车,并向物业公司申请安装家用充电桩,希望物业公司能够同意《车位及允许施工证明》,以便后续的充电桩安装程序。但物业公司拒绝了黄某的申请。

物业公司表示,该小区属于老旧小区,公共设施设备严重老化,地下车库只有一个出入口。安装电动汽车充电桩会给其他业主带来安全隐患,必须经过地下车库车

位三分之二的业主同意签字,才能安装。双方就停车位安装充电桩一事未能达成一致意见,黄某将物业公司诉至法院。



网络图片

法院 物业不得无故阻挠

法院审理认为,根据国家部委相关规范性文件,物业服务企业应充分发挥在贯彻新能源汽车产业国家战略实施发展中的积极作用,在充电设施建设时予以配合、提供便利。黄某作为业主依照电力公司要求,需要物业公司出具同意安装充电桩证明,并在安装过程中予以配合与协助,物业公司应当保障充电桩的建设与投入使用。

另外,物业公司以安装充电桩需三分之二以上业主同意以及存在安全隐患为由拒绝出具

证明,但黄某作为业主对自有车位依法享有所有权,其他业主不得影响和妨碍其使用。即使安装充电桩线路需要通过车库公共区域,也属正常需求和合理使用。是否存在安全隐患将由电力部门勘验评估而最终做出决定,不属于物业服务企业的主观评估范畴。

法院依法判决,物业公司立即为黄某出具同意其在停车位安装新能源汽车充电桩的证明,并在上述指定车位安装新能源汽车充电桩时给予必要的协助。

这场关于野生蘑菇的宣传 被村民围观热议

株洲晚报融媒体中心记者/成炫兰 通讯员/肖冠华



应季的种子菜苗、各色肉食和日常用品……17日的新塘农贸市场热闹如常,赶集的村民各自在选购商品,几个新添的摊位引起了他们的注意。当天,市场监督管理局、市食安办及天元区市场监管部门及区疾控中心多部门联合,开展野生蘑菇宣传下乡行动。图文并茂的野生毒蘑菇识别及防控知识手册吸引了赶集的村民,大家纷纷领取和传阅。

野蘑菇中毒事件进入高发期

“今年我吃过七八次野蘑菇,岳母娘在田里搞的,吃了没点事,这上面怎么没有?”群丰镇新塘村村民易学东跟村民们分享。“以前有邻居吃了一种五朵并蒂的蘑菇毒死了,还是有点危险的。”一旁的大姐立马说道。

随着雨水逐渐增多气温回升,野生蘑菇开始冒头,蘑菇中毒事件也时有发生。

就在5月初,三门镇月福村一家三口因采食野生蘑菇,两人出现拉肚子现象。“他们在涑口区人民医院看病时,医院及时通过食源性疾病监测系统上报,我们立即跟进了。”天元区疾控中心应急办负责人孟灵川介绍,通

是否有毒不能只靠经验判断

当天活动中,野生蘑菇宣传资料成为当天集市的香饽饽,村民争相领取和传阅。

“这两种我能分辨,伞内侧有瓣的是草拟青鹅膏,能吃。没有瓣的是灰花纹鹅膏,不能吃。”村民黄女士眉飞色舞地介绍道。六十多岁的她从小就开始吃野生蘑菇,认识的蘑菇不少,也总结出不少经验。“往往有黑色斑点和颜色鲜艳的有毒。”她介绍道。

记者在现场随机采访发现,老一辈村民多少都有点毒蘑菇辨识经验。还有人坦言,只要煮久一点,轻微有毒的野生蘑菇吃了也没事。不过年轻人就相对谨慎些。

然而,野生蘑菇的种类多,很多有毒没毒

蘑菇中毒谨防假愈现象

孟灵川介绍,蘑菇中毒症状分为急性肝损伤型、急性肾衰竭型、神经精神型和肠胃炎型,其中株洲以肠胃炎型为主,一般潜伏期在2个小时左右。一旦超过6个小时发病,很可能是剧毒蘑菇。潜伏期的长短,是初步诊断蘑菇中毒轻重的重要方式。潜伏期越长,毒性越重。

过省疾控专家形态学鉴定,村民食用的为日本红菇,属于肠胃炎型中毒,目前已经无碍。

进入5月,野生蘑菇中毒事件进入高发期。为守护老百姓生命健康,创建省级食品安全示范区,一方面天元区市场监管部门、卫生疾控部门及基层政府启动密集的毒蘑菇宣传活动,倡导市民不采不食、不买不卖野生蘑菇,宣传野生蘑菇知识。另一方,天元区11家食源性疾病监测报告医院密切关注,并与疾控部门建立了实时微信、电话通知处置,24小时网报机制,及时开展食品采样分析,指导中毒案例治疗。

的蘑菇长相相似,“老口子”也不一定确保每次都安全。

前年,群丰镇白莲村一家人采食野生蘑菇中毒,最后花费2万余元才治好。这家人坦言,以前他们年年都吃,也没中过毒,以后再也不食这口鲜了。

上周,天元区一家四口在云南旅游时买回散装牛肝菌,吃后造成了严重的肠胃疾病,由市中心医院上报处置。“牛肝菌也有很多种,长相都相似,里面混了有毒的,当地农人采摘时没分清。”孟灵川说,素有蘑菇之乡的云南农人,识别经验丰富,但也有采错的时候,更何况我们呢。

他着重强调,蘑菇中毒还要谨防假愈现象。“第二天症状好像恢复了,其实各项指标都在急剧升高,72小时后又会出现恶化症状。”他介绍,一旦再次恶化,治疗效果很差,很可能出现严重肝肾损伤或死亡。一旦出现呕吐、拉肚子等蘑菇中毒症状,一定要到区或市级医院诊断。

从参与者到志愿者 他是湘江毅行的忠实“粉丝”

株洲晚报融媒体中心记者/旷昆红

对很多人来说,徒步湘江毅行不仅仅是一次脚尖上的旅行,一次献爱心的有意义的活动,更是一场有关青春的记忆。

今年25岁的刘宇晨,就是一个徒步湘江毅行的忠实“粉丝”。他在上小学时参加了第三届徒步湘江毅行后,一发不可收拾,他几乎每届都参加。今年,他从参与者变成了组委会宣传组的志愿者。

第三届徒步湘江毅行那年,刘宇晨还在上小学,妈妈为他报的名,“第一次参加,尝了个鲜。”随后的小学至中学,他还拉着班级的同学组队报名,成为同学们一起有挑战和特别有意义的集体活动。“毅行渐渐培养了他的韧性,有一次我看他走得太辛苦了,打算用金钱‘引诱’他放弃,但他就是不退缩,一直在坚持,这就是毅行带给他的成长。”刘宇晨妈妈介绍。

上高中后,学业紧张了很多,高一高

二,刘宇晨还是拉了一帮子同学报名参加了,“和同学们一起走到了湘潭,一起露营,记忆太好了。”

缺席的几次,是他读高三直到出国读书的那几年。三年疫情过去了,徒步湘江毅行终于又启动了。这次,他的身份转变了,从一个参与者变成组委会宣传组的志愿者。

“我在国外学新媒体,我觉得随着时代的变化,毅行的宣传也可以更多元化,形式更丰富。”于是,这段时间,他四处奔波,为徒步湘江毅行前期准备,拍摄剪辑了大量的视频,为大家更直观、更迅速地了解徒步湘江毅行做了大量工作。

“以前只觉得毅行有意义、好玩,但现在发现,一场活动下来,有那么多志愿者背后默默付出,让我真正明白了什么是志愿者精神。”他说。

盲人按摩师张爱武: 将为毅行者缓解疲劳

株洲晚报融媒体中心记者/旷昆红

记者从欧微服饰2023第十三届徒步湘江毅行组委会获悉,盲人按摩师张爱武将率店内技师在终点站为毅行者推拿按摩,缓解长途跋涉的疲劳。

张爱武15岁因病致盲,入读长沙市特殊教育学校学习推拿按摩,至今从事专业按摩30余年,积累了深厚的中医按摩理论和实操经验,为数千名亚健康市民缓解病

痛。同时,他还积极参与志愿者服务活动,为孤寡老人和困难居民送健康送温暖,曾获评我市首届十大杰出青年、我市百名优秀秀职工、湖南省自强模范等荣誉称号。

据了解,5月21日,张爱武将率店内技师在徒步湘江毅行终点站钢琴广场等候归来的毅行者,运用专业的推拿按摩,为毅行者及志愿者们通经活络,缓解疲劳。

记者手记

充电桩进小区 物业岂能成“拦路虎”

对于本案,记者采访了多位新能源汽车车主以及多位燃油车车主发现,双方对于物业公司是否应该允许业主在地下停车场安装充电桩存在意见分歧。新能源汽车车主普遍支持法院的判决,而燃油车车主比较担心安全。“如果充电时起火,造成我的车子受损,对方的保险会赔吗?如果保险不赔,我该找谁索赔?”燃油车车主小张说。

毋庸讳言,新能源汽车仍处在发展初期,目前实施的一些管理办法中,对相关责任的认定等的确还有不够明确和完善之处,物业公司出于对线路容量、安全问题的考量有些顾虑可以理解,但这不应成为拒绝充电桩进小区的理由。

业内人士认为,新能源汽车是大势所趋,解决电动车停车难、充电难问题是便民惠民之举,物业公司不应成为充电桩进小区的“拦路虎”,而应依法依规积极作为,努力做环境保护和绿色发展的推动者。

景区

美达影城(5月19日)

速度与激情11
10:00 10:50 11:35 12:35 13:25 14:10
15:10 16:00 16:45 17:45 18:35 19:20
20:20 21:10 22:00
银河护卫队3
10:50 13:40 16:25 17:25 19:10 20:10
22:00
人生路不熟
17:35 19:30 21:25
长空之王
10:20 12:40 15:05
这么多年
11:05 13:15 15:25

芦淞区钟鼓楼七星潮流购物公园五楼(株洲书城对面)
订票热线:
28106878



开奖

(开奖日期:2023年5月18日)

福彩
双色球 第20230556期
08 14 15 18 23 33 08
3D 第2023128期
5 0 7

体彩
排列3 第23128期
8 1 0
排列5 第23128期
8 1 0 1 9