



11月26日,双桂湖国家湿地公园,苍鹭在嬉戏。



11月26日,双桂湖国家湿地公园,绿头鸭在苻菜丛中觅食。



本报讯(文/图 记者 郎兴花)11月23日至24日,重庆市第一届少儿花样游泳锦标赛暨全国邀请赛在都梁新区体育馆游泳馆举行,来自北京、重庆、四川、陕西等地共12支代表队的104名少儿花样游泳选手同台竞技。

花样游泳素有“水上芭蕾”之称,它融合了游泳、技巧、舞蹈和音乐编排,观赏性极强。本次比赛涵盖规定动作、25米专项能力、单人自由自选、双人自由自选、自由组合等项目。

比赛当天,在规定动作的项目中,小运动员们精准展现诸如“芭蕾腿”动作,双腿笔直、脚尖绷紧,于水下轻盈伸展又迅速收回,身姿起伏间,尽显扎实基本功与优雅姿态;垂直旋转时,以腰腹为轴,快速在水中旋转,身体似灵动陀螺,水花飞溅中,节奏与规范并存,分毫都考验着平衡与掌控力。

在25米侧游泳打腿项目中,小运动员们侧身漂浮于水面,双腿似高速运转的螺旋桨,交替发力,迅猛拍水,激荡起层层白浪。每一次蹬腿,都凝聚着训练的汗水与力量,驱动身体如离弦之箭穿梭于泳池内,向着终点奋勇进发。

这次比赛不仅给我们提供了一个锻炼的平台,也是对平日游泳学习成果的检验,我觉得非常有意义。同时,梁平风景好,人也热情,有机会我还会和家人朋友来双桂湖国家湿地公园、百里竹海等景区游玩。北京国际学校花样游泳队队员赵佳芮说。

同时,巴黎奥运会花样游泳冠军肖雁宁,作为重庆市第一届少儿花样游泳锦标赛暨全国邀请赛的实习裁判也来到现场为运动员评分、加油。

据了解,此次活动由重庆市游泳协会、梁平区体育总会主办,旨在为5至10岁少儿花样游泳选手搭建交流学习的平台,推动重庆及全国花样游泳的普及与发展,激发全民健身运动热情。

重庆市第一届少儿花样游泳锦标赛暨全国邀请赛在梁举行 激情演绎「水上芭蕾」



11月23日,都梁新区体育馆游泳馆,参赛选手在比赛。

双桂湖国家湿地公园

万只候鸟抵达 上演“鸟浪”奇观

本报讯(文/记者 高柔 图/记者 向成国)近日,双桂湖国家湿地公园迎来了近万只越冬候鸟,它们或栖息觅食,或众鸟齐飞,上演着一场场精彩的“鸟浪”奇观,吸引了不少市民与摄影爱好者前往观赏、拍照。

据最新监测记录显示,这是今年首批到达的越冬候鸟。目前,已到达的候鸟有鸳鸯、青头潜鸭、中华秋沙鸭等。

双桂湖国家湿地公园作为梁平城区的一片湿地,既要满足市民观赏的需求,更要满足野生动植物的生存需求,所以我们将双桂湖的北岸主要划分为市民观赏、游玩的区域,而双桂湖西岸、南岸则更多的留给鸟类,让它们可以常年来此栖息越冬。区湿地中心高级工程师余先怀介绍,预计12月还有大批候鸟陆续抵达,届时候鸟迁徙将达到高峰。

成群的候鸟抵达双桂湖国家湿地公园,整个公园仿佛被注入了鲜活的生命力。天空中,成群结队的候鸟如一片片流动的云彩,它们展翅高飞着,那舒展的翅膀在阳光下闪烁着灵动的光芒,令人心醉。湿地浅滩处,密密麻麻的候鸟欢聚一堂,一会儿嬉戏打闹,发出欢快的鸟叫声,一会儿在水面上游弋,享受着戏水的快乐。

野生鸟类对环境变化十分敏感,它们被称为生态环境的“晴雨表”和“监测官”。近年来,梁平根据AI监测数据,采取退养还湿、建设小微湿地群、种植水生植物等措施,使双桂湖水水质长期稳定在Ⅲ类,生物多样性得到大幅提升,吸引越来越多的候鸟前来栖息和繁衍。这不仅为摄影爱好者和游客提供了丰富的观赏资源,也为梁平生态旅游产业的发展注入了新的活力。



11月26日,双桂湖国家湿地公园,候鸟在湖水中游弋,勾勒出一幅美丽的生态画卷。

初冬时节,湿地风光美,候鸟翩跹至,何不约上三五好友到双桂湖国家湿地公园,开启一段难忘的候鸟观赏之旅,领略大自然的神奇与魅力。

短评

文明观鸟 共享生态之美

高柔

双桂湖国家湿地公园面积广阔,达350公顷。步入公园,湖面波光粼粼,四周绿树成荫,生态环境极为优越。成群结队的候鸟在湖面上游弋、飞翔,它们在苻菜丛中觅食,在湖中小岛上栖息,构成了一幅人与自然和谐共生的生态画卷。

双桂湖国家湿地公园的候鸟是大自然给予我们的宝贵财富,它们的存在不仅为我们带来了视觉上的盛宴,更是生态平衡的重要标志。在此,呼吁每一位市民和游客,文明观鸟,争做候鸟的守护者。

观鸟过程中,一定要保持文明和尊重。候鸟是湿地公园的主人,它们在这里自由自在地生活,我们应该以欣赏和热爱的态度去对待它们。不要投食、不要喧哗、不要驱赶或伤害它们,我们只需静静地在一旁,用双眼去捕捉它们的美丽瞬间,用心去感受这大自然生命的力量。

双桂湖国家湿地公园是一片充满生机的湿地,它不仅是候鸟的乐园,也是我们人类亲近自然、感受生命的好地方。让我们共同努力,遵守公园的规定,不干扰候鸟的正常生活,不破坏它们的栖息地。文明观鸟,共赏双桂湖国家湿地公园的生态之美,为保护生态环境和生物多样性贡献自己的一份力量。



11月26日,双桂湖国家湿地公园,成群的候鸟在湖面戏水翻飞。

排查燃气安全隐患

确保家人健康平安

