

奥运起跑线

“我们是玩科学的！” 梦想扬帆，从这片水域启航

巴黎奥运会帆船比赛正如火如荼地进行着，宁波运动员闫铮在水翼帆板项目上每一轮的表现，都牵动着“大后方”亲友团的心。

这几天，在东钱湖畔的逸帆航海俱乐部，宁波市帆船帆板队的30余名队员正紧锣密鼓地在湖面上训练。闲暇时，他们也密切关注师姐闫铮的比赛。

湖面上，波光粼粼。“最大的心愿？希望他们都能成才，追求卓越，勇夺第一！”主教练钱红的话轻描淡写，却又掷地有声。

这个项目有智商“门槛”

熟悉了“一路顺风”这样的美好寓意，很多人可能不太理解，帆船帆板运动是逆风而行的。每次介绍起来，钱红总是说：“这是一门有学问的运动。”

“完全逆风，零角度肯定不行。你要先知道风向，再采取一定的夹角，比如45°。”钱红介绍，这涉及流体力学定理，通俗地说，逆风行驶时，帆与船体形成一定角度，使得帆的一侧受风鼓起，而另一侧受风较小，利用这种压力差推动船体不断前进。

因此，这项水上运动看似简单，其实涉及流体力学等物理学概念。此外，还有潮汐、海流等知识，需要“动脑”的地方很多。用钱红的话说——

“我们还是比较‘玩’科学的。”

生活经验也必不可少。比如，怎么才能更省力地把起帆绳拉起来？初学者可能习惯性用双手臂力去使劲。其实，借助腰部力量往后发力，会更轻松。“俗话说，‘胳膊拧不过大腿’，讲的就是这个道理，要学会用巧劲。”钱红打了个比方。

此外，风向，旗帜、烟、云、水波纹等，都能被优秀运动员在比赛现场利用。钱红的这套经验已经传给了一代又一代的队员们。

正因如此，钱红很欣赏闫铮，“她很聪明，会用脑子。帆船本来就是一项科学的、对智商有‘门槛’的运动。”

三对双胞胎“组队”练帆船

在东钱湖训练的队员有30多名，年龄最大的16岁，最小的12岁，男女各半，按照国家、省相关比赛赛制进行梯队建设。

近来天气炎热，队员们的皮肤都晒得黝黑。“我们的防晒措施做得还算好，脸上涂了很多，所以看起来白一些。”崔思晨、崔思彤是一对双胞胎，今年15岁，性格活泼。

姐妹俩原本是练田径的，后来被挑中练帆船，家长起初还不同意。“主意很大”的她俩找老师、教练给家长做工作，最后干脆“罢学”。拗不过的家长来水上训练基地看过后，这才同意。

“我们确实很喜欢这项运动，乘风

破浪的感觉很好。”姐妹俩的偶像一致：徐莉佳，目标也很明确：争取在省运会上出成绩，拿一级（运动员证），考大学。

这里的许多队员，都是钱红亲手挑来的，他们对他们的情况了如指掌。“就身形条件这一项来说，太胖了不行，毕竟对身体的敏捷性、协调性都有要求。”一般来说，练帆板的“个头”大点，练帆船的可以小点。

参加训练的这30多名队员中，除了崔思晨、崔思彤外，还有两对双胞胎。比如来自象山的石若晨、石若茜姐妹，之前练篮球，后来在教练的推荐下，一致选择了帆船项目。



钱红教练在指导队员训练。 记者 崔引 摄

梦想扬帆，从这片水域启航

钱红带队训练的这片水域，距离他的老家不远。从小他就在湖畔长大，与水亲近，与帆结缘，“我就是东钱湖人，那时候叫莫枝镇。”

亚锦赛冠军、全运会冠军、亚运会冠军、奥运会第12名（当时亚洲运动员参加奥运最好成绩）……运动员时期的钱红获得的奖牌，可以装满一个箱子。

退役后，作为教练的他，培养出了伍佳慧、李涛、陈昊、闫铮、洪伟、周志博等一大批国家队选手，是响当当的“金牌教练”。

多年下来，钱红有自己的一套执教理念，通俗地理解，可称之为“快乐教学”。在他看来，先让孩子们热爱这项运动，有了兴趣，才会坚持下去，不断突破。

“我上课、训练，喜欢通过一些小游戏或者互动、问答，让大家深刻理解这项运动。”钱红认为，队员们对帆船帆板的认同和热爱，才是催生进步的源动力，也能影响更多的人。

“作为竞技体育，目标只有一个：第一！”无论是对闫铮，还是如今的队员，钱红都是这么说的。

每当在湖边看着孩子们下水的场景，钱红都不免感慨：“40年前，我们就两条板在这里训练，很冷清。如今，看着这些孩子，还有一拨又一拨前来体验的爱好者，心里暖暖的。”

这便是钱红内心里最深的渴望。“希望帆船运动走向千家万户，大家都来体验这项运动的魅力。”钱红说。

记者 马涛

一周楼市速递

甬城二手房成交继续回升，鄞州区占比近40%

据南天·甬上找房平台数据显示，上周市三区（海曙、江北、鄞州）存量住宅成交量环比上升10.2%，成交总面积环比上升5.9%，成交总金额环比上升7.3%。

市三区存量住宅周成交均价22931元/㎡；其中：海曙区成交均价19782元/㎡，环比下降5.7%；江北区成交均价19832元/㎡，环比下降2.99%；鄞州区成交均价25958元/㎡，环比上升3.3%。

存量住宅面积段周成交占比情况：50㎡以下成交占比4.1%，环比上升100%；50-90㎡成交占比38.8%，环比上升58.3%；90-140㎡成交占比49%，环比下降14.3%；140-200㎡成交占比8.1%，环比下降20%。

住房租赁区域成交周占比情况：海曙区占比27.1%，鄞州区占比40.6%，江北区

占比15.2%，其他区域占比17.1%；周成交环比上升22.3%，月租金均价29元/㎡，环比持平。

据南天·甬上找房平台数据显示，上周市六区二手房成交840套（含住宅、非住宅），环比下降3%，其中鄞州区成交最多，一周成交312套，占市六区周成交量的37.14%。

近期宁波公布了“新房票政策”，提高房票购房奖励标准，使用房票购买新房奖励标准提高至5%；同时，扩大房票使用范围，房票全市流通使用，允许购买新房和二手房，为被征收家庭提供更多的选择余地，促进房地产市场交易进一步活跃。

记者 余涌 通讯员 胡静



分类信息 [刊登热线] 56118885 56118880

【办理】海曙区：映南街62号（都市仁和中心）20楼2011室 【地址】鄞州区：宁东路901号宁波报业传媒大厦一楼

法律服务

京发物业诚聘

职场招聘

1、夜班保安：男，60-63岁，身体健康，认真有责任心。 2、保洁：女，50-53岁，身体健康，吃苦耐劳有责任心。 联系：87092147、87092131

声明公告 刊登热线：56118880

慈溪翰文纸箱厂遗失公章一枚，编号：3302820450616，声明作废 ●宁波开锋装饰工程有限公司遗失财务章一枚，编号：33020310036504，声明作废 ●宁波市鄞州志江装饰有限公司遗失公章一枚，编号33021210102512声明作废

宁波英杰进出口有限公司遗失正本提单三正三副，提单号：GLNL24051102，正本编号：No.1199656，船名航次：CM A CGM ANTOINE DE SAINT EXUPERY/V.OF MFRW，目的港：DUBLIN,IR ELAND 现声明该提单作废 ●宁波市江北区环境卫生养护中心遗失土地证一本，坐落：江北孔浦梅堰路，地号：10用途：市政公用设施，使用权类型：国有划拨，使用权面积：2720.00平方米，特此声明作废

中国人民财产保险股份有限公司宁波市分公司货物运输保险单(AEYIIA2012200)保单号PYIE202433026105E032 16印刷号33022400005826 共1份，现已遗失，声明作废 ●宁波杭州湾新区百信酒庄遗失财务专用章一枚，编号3302220048746，声明作废 ●宁波浙龙贸易有限公司遗失公章一枚，编号3302060022749，声明作废 ●宁波悦行品牌管理有限公司汉阳分公司遗失2021年7月16日核发的营业执照正本各一本统一社会信用代码：91420105MA49MB870H，声明作废

余姚市众信模具厂遗失公章一枚，编号3302190313127，声明作废 ●象山奕悦影视文化工作室遗失公章、财务章、法人章(杨鑫)各一枚，声明作废 ●宁波金白蓝企业管理咨询有限公司遗失公章一枚，编号：3302120404224 声明作废 ●浙江逸家生活服务有限公司遗失公章一枚，编号：33029910006221 声明作废 ●宁波市藏锋电子商务有限公司遗失公章一枚，编号：33028210195867，声明作废

宁波晟通亿鑫国际贸易有限公司遗失公章一枚，声明作废 ●王秀凤遗失浙江省医疗住院收费票据，住院号：2251958，票据号码：3058626782，金额：40890.06元，声明作废 余姚大隐 福寿墓园 民政部门批准的正规墓园，位于大隐镇交通便捷环境优美，南面靠近玉佛寺边上入口、东面通途路到底，桥下入口。 公交：33路和156路到马车桥站下，301路玉佛寺站下。 地铁：1号线高桥西站下。 免费汽车接送(需提前预约) 电话 0574-62915168 13957891168 18968376365

声明 宁波象山富晟置业有限公司郑重声明：本公司公章(编号3302250054274)、财务专用章(编号3302250054275)、合同专用章(编号3302250054276)、发票专用章(编号91330225MA2AJM118H)、现法人章(王景汐)、原法人章(张育诚)。以上印章均为本公司正规公安系统备案印章，合法有效。除此之外的任何冒用本公司其他印章均无效。本公司保留追究冒用本公司其他印章相关责任人员法律责任的权利。 特此声明 宁波象山富晟置业有限公司 2024年8月2日

关于送达房屋征收补偿决定书公告 管敏宝(男，身份证号码：33022719630214****)、周兆军(男，身份证号码：33022719691021****)，现依法向你们公告送达你们(原鄞县求精液压机械有限公司)位于宁波市梅墟工业区明达路的房屋征收补偿决定书。请你们自本公告之日起30日内到梅墟拆迁办(高新区梅墟街道天韵荟4号楼53、54号，联系人：王挺，联系电话：88487087)领取，逾期视为送达。 如你们不服房屋征收补偿决定书，可在补偿决定书送达之日起六十日内向宁波市人民政府申请行政复议，或者六个月内依法向人民法院提起行政诉讼。 宁波市鄞州区人民政府 2024年8月2日

镇海澥浦镇淡水湾塘口废弃矿山(消防特勤大队北侧边坡)生态环境治理工程外运堆存土石混合料(区域一)竞价公告 受宁波雄镇矿业有限公司委托，本公司于2024年8月16日9时至11时止(延时除外)在镇海区公共资源交易电子交易平台进行竞价。(https://zh.ztbyun.com/)现将有关事项公告如下： 一、竞价标的：外运堆存土石混合料一批，数量为7692.39吨。 二、竞价保证金：1万元。 三、竞价标的的位置：本次竞价的物位于镇海区澥浦镇凤山村村委会附近镇兴集团下属宁波市南岚湾农业发展有限公司所属场地委托人指定范围。 四、竞买人资格要求：注册地在宁波市范围内的独立法人资格企业。 五、竞价方式：网络竞价方式。 六、展示看样：即日起至2024年8月15日与本公司联系看样事宜。 七、报名方式：竞买人须在2024年8月15日16时前登录镇海区公共资源交易电子交易平台完成实名注册报名及交付竞价保证金。 八、联系方式：电话：委托 人 鲍 颖 杰 13645740539，本公司 韩 杰 13780091774。地址：宁波市镇海区骆驼街道民和路798号。 未尽事宜请详见专场竞价文件 宁波市镇海产权服务中心有限公司 2024年8月2日