

滨江漫步



近一年来,黄浦江两岸从杨浦大桥到徐浦大桥45公里岸线公共空间贯通开放工程取得重大进展,目前滨江贯通达到25.29公里。沿江各区齐心协力、攻坚克难,为到今年年底实现贯通开放奠定了良好基础。滨江贯通工程正在持续建设中,浦江两岸新增一大批公共健身设施,并将陆续向市民开放。风景靓丽的滨江健身休闲公共走廊,为市民群众带来了实实在在的益处。



种楠 摄

黄浦江:无边光景一时新

首席记者 华心怡
实习生 陈慧琴

一条河,滋养一座城。
一座城,反哺一条河。

黄浦江与上海,不止一段彼此守护的浪漫故事。水岸、城市,以更现代的方式相互成全。经过近一年的努力,按照市委、市政府的统一部署,黄浦江两岸从杨浦大桥到徐浦大桥45公里岸线公共空间贯通开放工程正在全力攻坚,目前已贯通25.29公里。两岸,新增了一大批公共健身设施,漫步道、跑步道、骑行道,凭风畅游,览尽无限风光,阅读古今往来。

昨日,天光正是“灼灼火俱燃”,市委书记韩正沿着杨浦、虹口、黄浦、徐汇、浦东的滨江岸线实地探查。他甚至骑上“凤凰”,骑行体验滨江开放之后的骑行环境。漫步道、跑步道、骑行道是滨江公共空间贯通开放的“标配”,

滨水奇缘 五区联动无间

城市与水岸是亲密无间的。在前工业时代,清明上图展现了汴河两岸的市井繁荣。来到工业化时代,河道又为工业生产提供货运服务。而在后工业化时代,河流成为居住、工作、休闲相融的现代滨水空间。上海,幸福之城迈向卓越,黄浦江开启新篇章。体育是民生,以运动促健康,将市民们的“健身房”搬到浦江两岸。

长2.8公里的杨浦区滨江段现已实现沿江贯通,以上海船厂、杨树浦水厂、新怡和纱厂等一批工业遗存的更新改造串连起百年工业遗存博览带;总长2.5公里的虹口区滨江段目前贯通1.99公里,以游船码头文化内涵提升为契机,提升绿化景观品质,打造欣赏两岸风景的崭新明信片;黄浦区滨江段总长8.3公里,眼下贯通6.1公里,老外滩、南外滩和世博园区滨江连成一体,不同区

域呈现不同特色主题。徐汇区滨江段总长8.4公里,现有4.4公里实现沿江贯通,被誉为最美夜跑胜地的西岸跑道全面换新,市民可拥有更好的健身休闲体验。而浦东新区滨江段总长23公里,串起小陆家嘴、南浦大桥、卢浦大桥、世博文化公园等现在和将来的城市地标区域。为连通浦东滨江公共空间各断点,浦东将建12座各具特色的云桥,更好地满足人们漫步、跑步和休闲骑行等需求。目前,浦东滨江段有10公里基本实现沿江贯通。

昨日在杨浦滨江段杨树浦港和黄浦世博园区滨江段,韩正等市领导还骑上共享单车,与市民一道体验滨江开放之后的骑行环境。漫步道、跑步道、骑行道是滨江公共空间贯通开放的“标配”,



■ 滨江新增的公共健身设施将市民们的“健身房”搬到浦江两岸 周国强 摄



■ 滨江,如今不只是风景观光台,也是露天健身区 杨建正 摄

韩正以亲身体验替百姓说话:“漫步道、跑步道、骑行道三条道要全线统一标准、统一标识、一目了然。沿江各区要在条件允许的情况下把三条道建设得更加人性化,让市民群众有更好的休闲体验。与此同时,绿化建设要因地制宜,各区充分结合自身区域实际打造各具特色的滨江段。”

凭江养性 一道人生风景

清晨的外滩,宁静祥和。丝丝阳光下,黄浦江水粼粼泛光,江面上来往的船只只有“鸣啼”,划破平静的水面。薄薄的云雾渐渐散去,浦西风韵卓绝的万国建筑与浦东摩登现代的“通天”大厦交相呼应。外滩滨江,早有健身养性的尝鲜者。

在外滩观景平台上,乌克兰姑娘宇竹坐在瑜伽垫上,闭上双眼,舒展着四肢,十分享受。“外国人一来上海,肯定都知道外滩。这么漂亮的风景,露天练上一场瑜伽,非常开心。这算得上是我最美丽的户外瑜伽体验了。”3年前,宇竹来到上海,她是一名职业瑜伽教练,中文说得相当流利。家住豫园附近的她,早上还会经常来外滩晨跑,“黄浦江看起来好长,但以前我沿外滩跑着跑着就没路了,只能往回跑。现在的路变长了,我可以一直跑下去。”她的意思,是滨江贯通了。

上周末,在五区联动健身活动中,几十位年近花甲的老人,在“情人墙”前带来一段木兰拳的表演。她们整齐地排成一个方阵,随着音乐翩然起舞,精气神十足,一如这座住了一辈子的城市。领队王阿姨止不住感慨:“我们以前都是在公园、广场里锻炼,今天在‘情人墙’前展示,感觉很不同啊。要知道当年,我和老伴就是在这里谈朋友的。”这一面上海情人墙,听尽了上海几代人的情话绵绵。如今,那道灰白色钢筋水泥铸成的防汛墙,已化身为花岗岩、大理石和铸铁雕花栏杆的观光台,但这依旧是王阿姨们难以忘怀的一道人生风景。

外滩,上海地标,也是露天健身区。往事并不如烟,还有更多精彩可期。

通古博今 强体魄阅人文

“当时江边还没有围栏,也没有这么多绿化,现在,吹着江风,满眼都是宜人的江景,感觉可好了!”家住东大名路的陈恒乐每天都要沿岸快步走。70岁的他,打小就住在这片区域。世事变迁,原先客货运码头林立的虹口北外滩滨江,如今已成为了绿树环绕、景色宜人的休闲区。“小时候跨出家门,经常能看到码头上工人作业时的繁忙景象,船舶的鸣笛声隔了几条马路都能听到。”北外滩滨

江沿岸曾是上海重要的货运、客运集散地,南来北往的客货运输船每天都会装卸进出口各类货物。早年,鲁迅、郭沫若曾在这里登船东渡日本求学。许多世界名人如科学家爱因斯坦、印度文学巨匠泰戈尔、默片时代的王者卓别林等从这里上岸来华访问。“现在,我每天都要沿着漫步道走一走。”这片滨江,就是他的乡愁。

漫步滨江,不时会有超越健身之外的新收获。升级后的北外滩新建了码头“露天博物馆”。在国客中心段(高阳路至虹口港)沿江建起了一条600米的码头历史文化长廊。常常有健步行的老人带着小孩,在此驻足,了解到浦江沿岸的百年历史。这里不仅有历史印记的老上海记忆,还有势头正红的“最美书店”。栖身写字楼群,背靠繁华江景的建设书局,是不少文艺青年休闲的好去处。书店的装修风格采用了英伦学院风,因此被不少书迷称为“霍格沃茨魔法书院”。建投书局在选书上尤以人物传记为主,从艺术大师、文史巨匠,到政坛名流、商界精英……在这里,你将与一切过去、现在、乃至未来的智慧灵魂相遇。窗外,车辆川流不息,跑者挥汗,屋内,读者伏案。一墙之隔的快与慢、动与静,是这座城市最让人着迷的存在。

虹口滨江主打“文艺范”,却还藏着“高科技”。新开辟的智能快乐运动场,吸引球迷们练一练脚法,搞一搞脑子。而一旁占地100平方米的笼式足球场分外吸引人眼球。三五个好友可以在大铁笼里踢一场小型足球赛,或是对着智能足球墙训练一下脚法。另一边,米莫游戏迷阵和索纳数跑彩虹,健身的人群可以通过互动的方式,比一比谁的反应能力最快、谁的记忆力最好、谁的运算能力最强。

漫步滨江,遇见我与挚爱的上海。这条河,她流过的地方,有着相同璀璨之锋芒。这座城,放眼卓越,从未停止对未来的探索,为人民谋福祉,点亮都市幸福之光。