

旅游

新京报 Travel

公社

旅游 开放 生命

乔治·希恩在《跑步圣经》中说：“我并不是与年龄斗争，而是与无聊、与日复一日没有新意的生活斗争……跑步使我的思想得到解放，让我不去为别人对自己的种种看法而苦恼，并且使我从外界的各种规则和规范中解脱了出来。跑步让我的一切有了一个崭新的开始。”

对跑步的重新认识，在国内掀起了跑步热潮，很多人在跑步中产生某种类似观念的东西，并找到了一种和自己与自然对话的方式，户外跑爱好者马德民觉得，2011年是中国跑步运动高速发展的一年。各地的城市马拉松迅速爆满，有的人跑步上瘾，跑步爱好者们开始不满足于狭窄拥挤的城市，户外越野跑便进入大家的视线，在山里、在海边、在草甸、在戈壁、在沙漠，感受脚底与自然冲击的愉悦……

专题采访

本报记者 曹燕

【启事】

五星酒店 体验活动 招免费读者

新京报旅游公社“人民的五星大酒店”体验活动将走进长富宫饭店。

将招募两位商务体验客人，分别入住新装修的标间，并体验长富宫饭店“兰花台”咖啡厅的自助早餐、“樱”日餐厅的午餐及“牡丹苑”中餐厅的晚餐。

体验时间：3月30日

报名方式：将个人资料(姓名、年龄、性别、职业、联系方式、酒店入住经历及个人生活照片)发至 lvyoubao ming@126.com.

报名截止日期：3月29日

奔跑 户外

在国内升温的户外跑运动中，重新发现身体能量与自然之美

详见D02-03、D06-08版 特别报道