

# 舟山晚报

## 家周刊

2024年11月24日 星期日  
农历甲辰年十月廿四  
今日8版 第9843期

本期总编 曹玲  
责任编辑 缪佳祎  
版式设计 虞君明



亲民 友爱 新锐 主流



舟山毽球运动始于2016年,已逐渐成为校园特色体育项目之一

## 教练陆兵: 汇聚热爱的力量,让毽球入万家

上大学还教健身,100公斤胖子逆袭成为健美选手  
**浙海大健美队:用汗水和坚持追梦**

► 02、03版·生活家



花甲之年相继完成六大世界  
顶级马拉松赛事  
**长跑58年  
你猜他跑了多远?**



► 05版·梦想家

和年轻人“挤”青旅 与“00后”结伴出游  
**57岁阿姨退休后  
打卡祖国100城**

► 06版·老爸老妈

“小老头我想发挥点余热”  
**74岁“斗拱爷爷”玩短视频  
把冷门古建“炒热”**

► 08版·梦想家