



大宁公园重点打造了荷花池这一生态景点。

2020年,市体育局、市绿化和市容管理局印发《上海市公园绿地市民健身体育设施管理办法》,进一步深化城市“体绿结合”,充分拓展公园绿地公共服务功能,大力推进市民身边的体育设施建设工作。同年10月初,大宁公园市民健身长廊正式投入使用。

这条始建于2011年的健身长廊焕然一新,不仅增加了许多设施、设备,还将原先裸露泥土的区域,全部用塑胶跑道和鹅卵石覆盖。

据园方介绍,公园对整个长廊进行了布局的调整。从幼儿的儿童娱乐区,到青年的健身塑形区,再到老年的休闲锻炼区域,还增加了惠民的羽毛球场,从各个方面满足了市民跟游客的健身需求,“在没有疫情正常开放的时候,这里每天早晚和周末节假日是公园人气最高的区域之一”。

记者看到,健身长廊的力量健身区覆盖了推胸、推肩、蹬腿、深蹲等力量训练方式的器材。对于附近喜欢“撸铁”的年轻人来说,健身房不再是唯一去处。而四代塑木健身区则主要

面向老年人群体,除了配置传统器材外,还搭配有智能健身设备,通过立柱显示屏实时显示运动数据。

场地中全部器材设有使用说明,使用者还可通过扫描二维码观看示范视频。更贴心的是,这里还专门安装有挂衣架,为市民锻炼提供便利。

升级改造后的健身长廊实现了自然生态与体育运动的对话,提升公园品质功能的同时,也增加了市民的幸福感,而这里同时也是公园积极探索“体育+”运营模式的载体之一。

据透露,未来地铁20号线的两个站点将建在大宁公园内。“就在原广中公园的位置,等地铁的规划方案做好后,我们也会对出入口进行景观设计,让它更好地与公园融合。”园方表示,在“十四五”期间还会对老广中公园的景观做整体的改造提升,不断深化大上海“生态之城”绿色基底,为全面提升生态景观和服务能级贡献智慧和力量。

方寸之间见精巧

相对于规模较大、特色鲜明的大宁公园,白遗桥公园可以算是静安区众多公园中的“萌娃”,2020年,作为“社区公园”刚被纳入城市公园名录。

白遗桥公园得名自彭越浦河上的白遗桥,位于彭越浦两岸,南起灵石路,北至汶水路,总长约960米。公园以两道(跑步道、散步道)为主线,以水杉与小兔子狼尾草的组合为主体绿化,串联南北3段东西5个地块。

公园园长蒋纯禹在接受《新民周刊》采访时表示,为满足

大宁公园健身长廊。

