



什刹海冰趣。

欢买醉的人，这里是酒吧的聚集地；对于热爱旅游的外地客人，是老北京风情打卡处；对于偏爱野泳的，是他们从小游到大的天然泳池。

用马未都的话来说，什刹海溜冰是老北京最有人情味的一景。这一景就是老百姓的瞎溜，自攒的冰车，自造的冰鞋，什么都没有穿着塑料底的棉鞋也能上去玩耍。博主“Fu 大爷”对什刹海的深刻印象也是小时候的滑冰运动。Fu 大爷家住东四十条，距离什刹海直线距离两三公里，小时候速度滑冰很有名气，大家基本不戴护具，膝盖常摔得跟紫茄子似的。“每次滑冰超过别的小朋友，爸爸就给买那种类似上海零拷的牛奶，奶香味我至今还记得。”

为啥什刹海冰场这么热火？在老北京们看来，冰场紧挨什刹海体校，滑冰时能碰到不少退役运动员，他们滑得专业，练习时间又长，把现场气氛带得特别好。还有玩速滑、耍花样的

“冰友”，可以正滑变倒滑，倒滑变正滑，在冰上踢“醉八仙”，表演“燕儿飞”。总之，高手在民间，怎么出奇怎么来。

北京，可以说是最钟爱运动的城市之一。这里曾举办过奥运会、亚运会，因赛事而打造的场馆，已成为市民健身打卡点。但在北京中轴线，最出圈的运动地标是天坛，最出圈的人物——天坛大爷。

在游客眼里，天坛是感受祭祀文化最高规格的景点。但在周围老年人的认知里，这儿是打小就锻炼身体的地方。早饭前和晚饭后，是天坛集聚公园年票用户最多的时候。有些60岁以上的老年人，亮出老年证，直接就能和兄弟姐妹会聚一堂。无论当日的天气如何，他们都会来一场比试，而最想较量的对手还得是老街坊。

在这个场域，竞争最激烈的项目往往是单杠。对这些志在传承奥运精神的老者来说，在单杠上做引体向上是最基础的动