

以「体育+」模式 促进城市建设迭代更新



▲姚江北岸滨江体育公园。庄源 摄

◀姚江北岸滨江绿道。庄源 摄

编者按：随着我国经济进入高质量发展阶段，城市存量时代开启，新增土地成为稀缺资源，城市空间增长的重心由过去的外延式扩张转变为控制增量、优化存量。城市更新是一种新陈代谢的过程，通过对已不适应现代化城市社会生活要求的存量资源进行重建、整治和功能提升，从而提振城市产业、激发城市活力、改善城市环境、传承城市文脉、创新城市治理。当前，城市更新已经成为城市高质量发展、经济社会进步的重要支撑。

近年来，江北区住建局按照市区两级的部署要求，紧紧围绕建设体育强区目标，在城市建设中融入“体育+”模式，持续推进江北区基层体育设施场地建设，把体育设施建设与公园、绿地、绿道网等公共设施规划建设融为一体，为体育事业加快发展贡献江北住建力量。

结合绿地规划 “体育+海绵”融合

海绵城市作为新一代城市雨洪管理概念，是指城市在适应环境变化和应对雨水带来的自然灾害等方面具有良好的“弹性”，也可称之为“水弹性城市”，下雨时吸水、蓄水、渗水、净水，需要时将蓄存的水“释放”并加以利用。2016年4月，宁波成功入选国家第二批海绵城市建设试点城市，总面积30.95平方公里的试点区就位于姚江流域北岸，从那时起，江北区的海绵城市建设步伐正式展开。

近年来，区住建局以江北区创建海绵城市国家试点区为契机，累计完成投资近1.5亿元，建成了机场路快速化改造两侧绿化、姚江北岸滨江绿化等一批“体育+海绵”融合的绿地公园。通过充分利用基地下沉的现状，并结合海绵城市理念，创建了一个能够自我循环、自我更新的沉床生态系统。

据了解，机场路两侧建成的绿化景观、慢行系统、生态停车场、篮球场、网球场、五人制足球场等体育设施，为周边居民提供了便利的同时，还通过建设生态停车场以缓解宁波市第九医院及周边区域停车难问题，并全面融入海绵城市建设理念。该项目利用植物营造多维观赏、游览空间，把机场路快速化改造两侧绿化工程打造成为一个能展示江北生态、休闲、旅游为特色的道路景观，机场路两侧城市景观品质得到提升，周边居民的居住环境也更加舒适。

随着城市化和工业化进程的飞速发展，人与自然和谐共处，走可持续发展之路，已成为当下环境建设的主题。姚江北岸滨江绿化公园作为全市首个海绵城市公园，是我区生态园林式健身、休闲、海绵、体育公园之一。公园利用生态手段为该区域及周边丽江东路上的缓存雨水的净化创造条件，通过下凹式绿地、雨水花园及透水路面等途径，让雨水经过绿地渗透、滞留、蓄存、过滤后，一部分补给地下水，一部分引入姚江，有效减少了市政管网的压力，提高雨水的利用率。

“在雨季，生长在公园内洼地中的绿植，将作为第一道防线，防止江河水位快速上涨，同时还具有净化水质和涵养水源的功能，真正实现了海绵城市的理念。”区海绵办负责人表示，大面积的绿化建设不仅为城市增添了亮丽的风景，也为市民提供休息休憩的公共场所，一举多得。

通过规划建设设计，让绿化项目和内涝与积水“再见”的同时，也符合了全民健身的要求，充分调动起市民健身运动的积极性，实现排涝与健身的双收益。“通过积极运用海绵公园所需的人工湿地和透水材料，按照‘水清流畅、岸绿景美、功能健全、人水和谐’的要求，打造集健身、休闲、观光为一体的景观步道，也进一步提升了姚江北岸的滨江景观。”区住建局相关负责人说。



机场路东侧新建网球场。庄源 摄

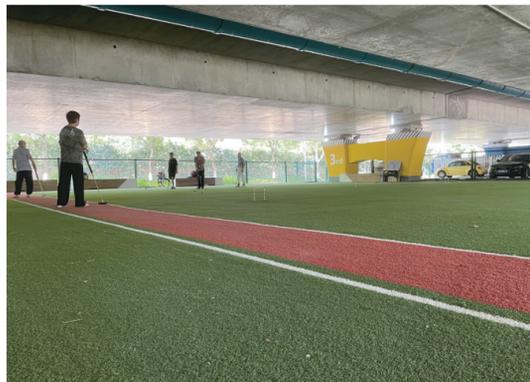
强化改造项目 “体育+闲地”共建

吃过午饭不久，家住公园1872、天水家园等小区的门球爱好者们陆续来到位于湾头大桥南侧桥下的门球场打球，这几乎已成了他们每天的“必修课”。据了解，此前场地内桥体保存虽完好，但路面基层破损、管道设施锈蚀严重、周边绿化灌木遮挡光线、场地内垃圾乱堆放等问题严重。后来在区住建局的推动改造下，这里一改旧貌，实现华丽转身。“这里通风不错，不用担心风吹日晒雨淋的问题，就算是烈日炎炎的夏天，场地里也比较凉快，打打门球很是惬意呀！”到处打球的球友们纷纷为这个桥下空间点赞。

街角、桥下空间一直以来都是城市管理的“盲点”，部分空间私搭乱建、污水遍地，甚至被用来储存垃圾和易燃品，存在较大的安全隐患。近两年，区住建局不断尝试对桥下空间利用进行探索，将桥下

空间变成了公园、停车场、休闲运动场所等，打造了一批既能提供惠民服务又能让人眼前一亮的亮丽“风景”。为盘活街角、桥下等闲置地，提升空间利用效率，区住建局在闲置地改造项目中优化设计方案，充分考虑场地特点，在抚平城市“伤疤”的同时，更因地制宜地融入体育元素。

湾头大桥南侧引桥桥下改造项目是一项涉及体育设施、人行通道、绿化、灯光等提升改造的民生工程。“我们结合周边居民健身需求，将桥下空地改造成门球场，按照标准尺寸设置，长约25米，宽约20米，桥面距离桥底有2.5-3米，场地内布置了木制休闲座椅，四周装有1.5米高围网，桥墩立面造型更是以简洁的色彩搭配，塑造出了一个充满活力的城市微空间。”区住建局相关负责人向记者介绍道，这里不仅有崭新宽敞的门球场，原来的机动车停车场也修葺一



湾头大桥南侧桥下门球场。庄源 摄

新，加装道闸系统后，一定程度上缓解了周边居民的停车压力。

区住建局在盘活闲置用地方面的成绩远不止于此。日前，机场路东侧的一块闲置地被改造成四片高品质网球场，项目综合验收合格并正式投入使用。为提高后期使用率，该网球场还采用顶棚加膜结构，晴雨两用，确保场地24小时皆可使用，让网球爱好者们可以在宽阔的场地里一展运动风采。

据了解，该闲置地块共改造成4片网球场，位于宁

波市小球训练中心西侧，机场路东侧绿化东边，面积约2713平方米，总投资约320万元（工程费约286万元）。“在这次机场路东侧闲置地改造中，我们结合市小球训练中心及周边居民训练及健身需求，配置了四片高品质网球场，助推网球运动蓬勃发展。”区住建局城建科科长葛宁辉表示，随着群众健康素养不断提高，健康需求不断增长，通过融入体育概念的方式盘活闲置低效用地，既契合当下的健康中国战略，也可避免土地资源的浪费。

统筹绿地建设 “体育+绿道”并行

绿道是沿自然和人工廊道建立的线形绿色开敞空间，作为一项民生工程、环境工程、生态工程和经济工程，兼具生态保育、游憩健身、保护历史文化遗产和科研教育、发展休闲经济等多种功能。近年来，我区遵循生态化、本土化、多样化、人性化原则，通过构建连接城镇和乡村的绿色网络，为居民提供绿色开敞的休闲游憩空间，并充分发挥绿道对于提升居民生活品质，增强居民运动健身的健康理念等方面的重要作用。

早在2018年，宁波市就出台了《宁波市人民政府办公厅关于进一步推进全民健身实施计划加快体育设施规划建设的通知》，强调各级城乡规划部门要发挥规划融合引领作用，会同体育、住建、城管、水利等部门，根据相关法律、法规和技术规范要求，将体育设施建设融入公园、绿地、绿道网等公

共设施的整体规划中，并结合公园绿地建设推进配套体育健身设施建设。

基于此，区住建局统筹全区健身绿道建设工作，秉承“共享运动”理念，根据绿道沿线实际情况，分段设计、分步开发，最终连点成片，打造出多条体育健身绿道。“为加强绿道体育功能建设，充分发挥体育在塑造城市新形态进程中的独特功能，进一步倡导市民自觉健身、便利健身、科学健身、文明健身、时尚健身生活理念，我们推出‘体育+绿道’模式，让绿道成为市民健康生活新时尚、全民健身新方式、健身休闲新去处。”区住建局城建科科长葛宁辉介绍说。

在城市建设中融入“以体育添活力”的理念，将传统绿道的“观赏”性，融入市民的“参与”性，是全面开展绿道建设的大好机遇。我区抢先整合绿道建设带来的场地、设



中体足球公园。庄源 摄

施、环境资源优势，营造独具特色的“体育+绿道”休闲新风尚，吸引了越来越多的市民参与绿道健身，感受公共、开敞的自然环境，在满足身体活动和游憩需求外，让绿道真正成为“体育健身之道”，进而提高市民的生活质量和幸福感。

此外，针对姚江北岸沿线的地形特征，区住建局以满足运动休闲需求为前提，将“体育”元素植入了姚江北岸滨江绿化项目中，在滨江步道沿线布设了4个儿童游乐设施场、12个篮球场、4个五

人制笼式足球场、1个门球场、1个地掷球场、4个气排球场、4个网球场、2个极限运动场，各个场地建成之后，每天来运动休闲的人络绎不绝。

绿道健身与体育场馆健身相比，最大的不同就在于更加亲近自然。呼吸清新空气，感受鸟语花香，在这样的环境中进行体育锻炼是一种享受。“能够一边欣赏江边的风景，一边锻炼身体，整个人的心情都变得很好。”每天晚上坚持在滨江步道沿线散步锻炼的陈阿姨笑着说道。