

周到

· 长风 ·

身边

长风居民有福了，以后运动不用再去健身房

□记者 冯璐迪

不久前，上海市体育局推送了普陀区 159 条“最美健身步道”，其中，在长风共有 7 条健身步道入选。它们有的“颜值逆天”，有的“别具匠心”，而且就在自家门口。在这样凉爽的夏季夜晚，特别适合居民饭后“溜达溜达”，不少人都感叹：以后运动再也不用去健身房啦！

长风公园健身步道一期

地址：枣阳路 525 号 2 号门鸿瑞兴边。

从长风公园 2 号门绿荫桥边的鸿瑞兴为起点，沿着西老河畔至枕流桥下，步道全长 325 米。道路两旁绿植环绕，空气自然清新。

长风公园健身步道二期

地址：枣阳路 525 号 2 号门鸿瑞兴边。

可能很多小伙伴们都不知道这条健身步道，长风公园健身步道二期是近两年刚开辟的一条林间步道：从鸿瑞兴饮食店旁的牡丹苑为出发点，穿过茂密的长寿林，直到松竹梅景区的梅花林，全长 270 米，算得上是长风公园的“秘境”哦！

师大一村市民健身步道

地址：中山北路 3671 弄 1 号。

虽全长只有 118 米，但是小而精致，散发着浓浓的华师大的人文气息。步道两旁是繁茂的植被，同时还设有许多健身器材，是老人小孩饭后运动的好去处。

隆德居委市民健身步道

地址：光复西路 1145 弄 19 号边。

位于隆德小区内，与其说它是

一条健身步道，不如说它是一条“小路”，在这里没有明显跑道的“痕迹”，只有两块草地分隔开来的一条小路，居民日常散步休闲也是不错的去处。

长二一委市民健身步道

地址：长风二村 137 号边。

位于风荷苑居民活动中心，面积有篮球场大小，步道呈方形，周围环境干净整洁。

长四二委市民健身步道

地址：怒江路 30 弄 3 号边。

这条步道堪称是“螺丝壳里做道场”的典范。由于受到场地限制，只能在居民楼和围墙之间的空隙，楼宇之间的走道上做文章，建成了一条长 135 米的健身步道，而且在步道平台上设置了一座供人歇脚的凉亭。

长风四村市民健身步道

地址：怒江路 131 弄。

这条步道周围的环境就像一个小花园。步道弯弯曲曲，两边花草茂盛，除了有很多健身器材外，还有一个供人休憩的长廊。



王永强 摄

周到

· 长风 ·

美食

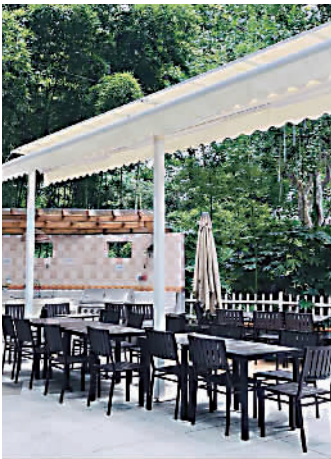
有了花园 BBQ 的长风公园，让这个夏天更完美了

□记者 冯璐迪

夏天来了，又到了烧烤配啤酒的最好时节。当烧烤遇上上海老字号，会是怎样的场景呢？记者最近在长风公园觅得一家与众不同的“鸿瑞兴”，除了提供常见的餐食以外，还可供食客进行露天烧烤。最关键的是，可以依据个人的喜好进行“私人定制”。

江南古镇式风格的建筑在繁茂梧桐的簇拥下显得格外雅致，大门外卡通老虎的雕像不仅与公园内的特质巧妙融合，也像是在欢迎着八方来客。推开门，一尊弥勒佛笑脸盈盈欢迎客人，古色古香的装潢很有味道。这家店完全秉持了“明厨亮灶”的原则，后厨师傅的全部工作流程，食客们都能尽收眼底，让食客们吃的放心。

当然，最“别具一格”的是，这里是上海唯一一家可以享用露天烧烤的鸿瑞兴。这家店的边上有一个露天小花园，里面整齐排列着一排桌椅，上方还配有遮阳顶棚，桌椅的后方有两个烧烤炉，分别“负责”烤肉类和蔬菜。店长表示，想要



周到

· 长风 ·

长风的事，我们帮你想周到

想了解更多详细信息，扫描左侧二维码，查看历史消息即可。

周到

· 长风 ·

便民

长风公园举办正宗本地水果直销会，早上六点去排队才能抢到

□记者 冯璐迪

炎炎夏日，又到了缤纷水果季。葡萄、蜜桃、黄桃、西瓜……这些魔都优质的本地水果，想想就让人垂涎欲滴。

7月 15 日早上，长风公园枣阳路 2 号门的林荫大道排起了一条长长的队伍，这究竟是怎么回事呢？原来，从 7 月 13 日起，有关部门在沪上 16 家公园举办“果园公园手拉手 新鲜果品进万家”销售活动，其中长风公园就位列其中，一些“吃瓜群众”纷至沓来，场面很是热闹。

由于来采购的居民和游客较多，仅仅过了一个多小时，果品基本上被抢购一空。果农紧急联系产地，再调拨一批果品来满足大家的需求，而来采购的群众宁可等也要买，大家自觉地排起了队伍等候。

此次在长风公园销售的都是广大消费者喜爱的本地产的优质水果。据果农介绍，他们的果品从果园采摘后，就马上分拣包装，然后从凌晨三四点开始装车送货，果品都非常新鲜，口感也很好，价格



王永强 摄

上虽然与市场上差不多，但可以保证是正宗的本地产优质水果。

为了便于广大居民和游客选购，记者特意收集了一些果品的价格：南汇大团水蜜桃，12 元 / 斤；南汇翠冠梨，8 元 / 斤；马陆葡萄，12 元 / 斤；崇明锦香黄桃，8 元 / 斤。需要提醒大家的是，长风公园里的果品销售活动从 7 月 13 日至 9 月 20 日，每天早上 6:00-10:00，会根据不同的时节供应不同的水果，要想有更丰富的挑选余地，大家还是要早点去哦。



王永强 摄

周到

· 长风 ·

文化

普陀区图书馆将迎“搬家”后首次装修，读书借书不受影响

□记者 冯璐迪

日前，普陀区图书馆在官微上发布了一则“装修通告”，称将于 7 月下旬起，正式开始为期两年的装修。记者在普陀区图书馆看到，一楼和每一层楼的电梯旁都已经贴出了装修告示。

目前，图书馆一楼主要是办证咨询处以及部分活动的预告展示，7 月 22 日起，受装修影响，办证咨询处将搬至 5 楼，工作时间不变。图书馆二楼的主要功能是举办一些展览，装修期间楼层也将关闭。

当下，2019 市民文化节“三个一”系列公益活动（每月一场讲座、一场演出、一部电影）正如如火如荼地进行，受图书馆一楼报告厅关闭的影响，每月的演出将移至兰溪路 138 号的普陀区文化馆 5 楼小剧场，而电影则可能将会“暂别”。不过，讲座仍会照常举行，无特殊情况讲座一般在图书馆 12 层。

图书馆此次装修不会影响到各位小伙伴正常的借书。不过需要注意的是，自 7 月 22 日起由于 1 楼 2 楼将全面封闭，因此无法从铜川路的正门进入，读者可以从位于大渡河路 1800 号的“侧门”进入，从 M 层的图书馆广场直接乘电梯进入馆内。

