

为百姓谋利益

晴 29℃~38℃

新闻热线 **82333333**



官方微博  
新浪@武汉晚报



官方微信  
武汉晚报

## 全城狂欢！千余泳士竞渡长江

◎展示最好的自己！他第九次参加渡江节 ◎沉浸式记录！队员携带视频记录仪渡江



8月8日，2024第49届武汉7·16渡江节开幕，本届渡江节分为个人抢渡长江挑战赛和群众方队横渡长江活动，群众方队横渡长江活动有27支队伍参加，除了本地游泳爱好者们，还有来自广东、太原等地横渡方队，千余名游泳健儿劈波斩浪畅游长江。

记者高勇 摄

02版03版

## 连办30届 武汉人最爱的“晚报杯”开幕了

07版

每一秒钟都精彩 不懈努力终圆梦

### 中国花游首夺奥运金牌

一金一银

### 巴黎奥运不是王宗源的终点

08版09版

全民健身>>>

### 6种“最佳运动”方式 你锻炼对了吗？

- ◎改善睡眠最佳运动——力量训练
- ◎抗抑郁的最佳运动——跳舞运动
- ◎延寿效果最佳运动——挥拍运动
- ◎增加骨密度的运动——力量训练
- ◎缓解腰痛最佳运动——走路锻炼
- ◎降血压的最佳运动——等长运动

16版