



“无人菜摊”经营月余鲜有不付钱

大学毕业女摊主：人手不够 顾客：未见过这种模式，挺方便

“我现在要回乡里收菜去了，你赶紧问吧。”11月3日中午12点多，龙清一边麻利地收拾着菜摊，一边对三湘都市报记者说道。因崇尚自由不喜欢拘束，80后的她大学毕业后当过面包技师，开过服装店，最后爱上了农业养殖、种植。今年6月，她在长沙市赤岭路邻里中心农贸市场租了个蔬菜摊位，由于人手不够，推出了“自选自购”的卖菜模式。



【人手不够】 菜摊下午进入 “自选自购”模式

“原因很简单，就是人手不够。”说起自己开“自选自购”菜摊的初心，龙清回答得直截了当，话语中既没有商业大咖的高端逻辑，语言也很朴实。今年6月，龙清在长沙市赤岭路邻里中心农贸市场二楼租下3号蔬菜摊位，每月租金1000多元。与市场内其他摊位不同，3号摊位的菜不是从批发市场进货，而是她从长沙县春华镇老家拖过来的，有她家自种的菜，也有她从邻里乡亲家收购的。

11月3日下午1点左右，在邻里中心农贸市场，记者看到龙清的摊位上整齐地摆放着一把一把捆好的青菜，一个白色泡沫箱上写着“自选自购，2.5元一样，零钱在盒子里”，旁边还放着微信收款二维码。她介绍，上午卖3元一把的菜，下午自选自购时就只卖2.5元，这样既能让菜快点卖掉，也能保证每天的菜都是新鲜的。

龙清一般在中午12点赶回老家，菜摊就开始进入“自选自购”模式，买菜的自个拿菜，自个付钱、找零。自选自购，会不会有人拿了菜不给

钱或者直接盗窃盒子里的钱款？

龙清说，“自选自购”实行1个多月以来，不仅没有发生过不愉快的事情，还多了一些老顾客。“以前在菜市场没见过这种模式，挺方便的。”到市场里买菜的刘女士说，她经常到3号摊来买菜。

【爱上农业】 “会计师”对种植养殖 “一发不可收拾”

除了经营蔬菜摊，龙清还与丈夫在老家种了十几亩水稻，养了100多只鸡鸭、六七只黑山羊等，“都是散养不是圈养”。龙清说，因为邻里中心农贸市场开业时间不长，目前她的蔬菜生意还处于保本状态。

让人颇感意外的是，龙清在大学学的专业是电算会计，但因为爱自由、不想被束缚，2002年大学毕业后就没从事过本专业工作，不然现在肯定是会计师。“在超市当过面包技师，开过服装店，后来结婚在家里也待了几年。”她回忆，约4年前，接触到了农业，便“一发不可收拾”。

对于未来，龙清计划继续在家搞养殖、种植，而自己的蔬菜摊也会坚持，下午营业将继续实行“自选自购”模式。



说起自己开“自选自购”菜摊的初心，龙清称“原因很简单，就是人手不够。”
记者 胡锐 摄

20支参赛代表队角逐2019长沙市全民健身广场舞大赛 广场舞不是大妈专属，这支队伍均龄16岁

本报11月3日讯 今日，由中共长沙市委宣传部、中共长沙市直机关工作委员会、长沙市体育局、长沙市总工会主办的“庆祝中华人民共和国成立70周年·以舞筑梦”2019长沙市全民健身广场舞大赛总决赛在长沙理工大学云塘校区体育馆内开赛。来自长沙市10个区县(市)20支参赛代表队、800余名“舞者”参加了本次比赛。其中，一支平均年龄仅16岁的参赛队伍格外瞩目。

广场舞内容越来越丰富

经过现场9名专业评审、20名大众评审、7名媒体评审组成的评审团打分后，芙蓉区文化旅游局走马楼社区艺术团、岳麓区老小孩艺术团、长沙市岳麓区英才艺术团、浏阳市永和镇菊溪恋舞健身队、天心区舞缘艺术团、喀秋莎艺术团联队获得本次比赛金奖。

本次大赛裁判长、湖南省体育舞蹈协会副秘书长、湖南省健身舞蹈专业委员会主任肖晓华表示，“本次赛事舞蹈形式多样，内容丰富，和以往人们看到的有点不一样。首先，器械种类更多，比如有功夫扇、舞扇，其次是涉及的风格也更新颖，比如有融入了拉丁舞元素的舞蹈。”

这支队伍平均年龄16岁

广场舞总是由中老年人主导？有群年轻人站出来“NO”

据三湘都市报记者了解，在参赛队伍中，有两支以年轻人为主的队伍——雨花区教育局代表队和芙蓉区文化旅游体育局走马楼社区艺术团。前者参赛成员为中小学教师，后者成员则为湖南涉外经济学院继续教育学院舞蹈表演专业的学生，他们的出现打破了人们心中“广场舞都是老年人参与”的刻板印象。

而金奖队伍——芙蓉区文化旅游体育局走马楼社区艺术团的40名参赛成员平均年龄仅16岁，他们以舞曲《黄河》征服了现场评委。

作为本次金奖广场舞《黄河》的编排者，湖南涉外经济学院继续教育学院舞蹈表演专业教师李玲玉表示，“现在城市里的任何一个小区外面都可以看到很多大爷大妈们在练习广场舞，这是幸福的体现。舞蹈让人快乐，有传播性，如果我们的学生在年轻时就开始接触舞蹈接触快乐，心智和想法会更欢乐活泼，更加正能量一点。”

对李玲玉而言，广场舞不受地点限制，在不打扰别人的情况下，只要一有空地，就能跳起来，“年轻人不要被固定思维绑架了，不要认为广场舞就是叔叔阿姨们的专属。而且我们也可以广场舞中融入爵士舞、hiphop等在年轻人中流行的元素，比如我们今天的舞蹈中就加入了拉丁舞元素。”

记者 叶竹 视频记者 何佳洁

湖南高校首开攀岩课 刚开设便“一抢而空”

本报11月3日讯 攀岩动静结合，刚柔并济，素有“岩壁芭蕾”之称。这学期，长沙理工大学将这一户外运动搬到了课堂上，成为湖南省首家开设攀岩课的高校。三湘都市报记者今日获悉，该课程受到了同学们的热烈欢迎，刚开设便“一抢即空”。

暑假期间，长沙理工大学云塘校区建成了湖南高校第一个攀岩基地，其拥有一个高达20米的标准人工岩壁，各设两条速度道和难度道，安装了岩点、下降台，配备了安全绳、头盔等安全装备。攀岩课程总计30学时，课程内容包括绳结技术、攀岩保护技术、保护点设置、绳索技术等10项内容，上课时2人一组，一人攀爬一人保护，动作流程完成后相互交换角色。

教授攀岩课的体育学院韦世海老师告诉记者，相比传统的体育课程，攀岩课不仅趣味性强，更能有效地增强心肺功能，提高速度、耐力、力量、灵敏等身体素质指标。

“一直很期待攀岩课，站在岩壁下面觉得好高，爬的时候腿有些抖，脚总是无处安放，攀岩也是门学问，希望自己和小伙伴们都能成功爬上去。”在攀岩训练场上，该校2018级交通运输与工程学院的李晓彬刚从岩壁上下来，很是期待。

近年来，长沙理工大学体育学院不断深化体育教学改革，新增加了排舞、定向越野等课程，还将计划开设如舞龙舞狮等民族传统体育项目。给学生更多学习的项目技能和丰富锻炼的项目，既有助于提高学生兴趣，提高身体素质，也有助于学生养成终身锻炼的习惯，为建设体育强国目标贡献一份力量。

记者 刘镇东 黄京 通讯员 高媛

中国福利彩票 3D 开奖信息

2019年11月3日 第2019293期 开奖号码: 6 6 3

湖南省中奖情况

类别	中奖注数	单注奖金(元)	中奖金额(元)
单选	742	1040	771680
组选三	799	346	276454
组选六	0	173	0

注: 开奖信息以湖南省福利彩票发行中心正式公告为准!

中国福利彩票 双色球 开奖信息

2019年11月3日 第2019126期 开奖号码

红球: 14 17 33 02 29 32 蓝球: 16

奖池累计金额: 1062273688元

奖级	中奖条件	中奖注数(全国)	中奖注数(湖南)	单注奖金(元)
一等奖	○○○○○●	8	0	7151842
二等奖	○○○○○○	81	0	265659
三等奖	○○○○○●	1124	41	3000
四等奖	○○○○●	57550	1953	200
五等奖	○○○○●	1089822	39699	10
六等奖	○○●●	13867310	489866	5

注: 开奖信息以湖南省福利彩票发行中心正式公告为准!

中国福利彩票 3D 开奖信息

2019年11月2日 第2019292期 开奖号码: 0 6 8

湖南省中奖情况

类别	中奖注数	单注奖金(元)	中奖金额(元)
单选	398	1040	413920
组选三	0	346	0
组选六	908	173	157084

注: 开奖信息以湖南省福利彩票发行中心正式公告为准!