



今天市区天气

阴,有小到中雨,市区东部有中到大雨,局部暴雨,伴有雷电,南风4-5级阵风6级,雷雨时阵风8-10级,22~28℃



明天市区天气

阴转小雨,南风短时北风3-4级,24~29℃



后天市区天气

阴转多云,南风3-4级,24~30℃

# 今天局部暴雨 市区最高气温28℃

本报讯(YMG全媒体记者 纪殿国)今天阴,有小到中雨,东部南部地区中到大雨,局部暴雨,伴有雷电,南风,雷雨时阵风8-10级。明天东部南部地区阴有中雨,局部大雨或暴雨,其他地区阴,有小雨,伴有雷电,南风短时北风,雷雨时阵风8-10级。后天阴,有雷雨或阵雨,南风,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。

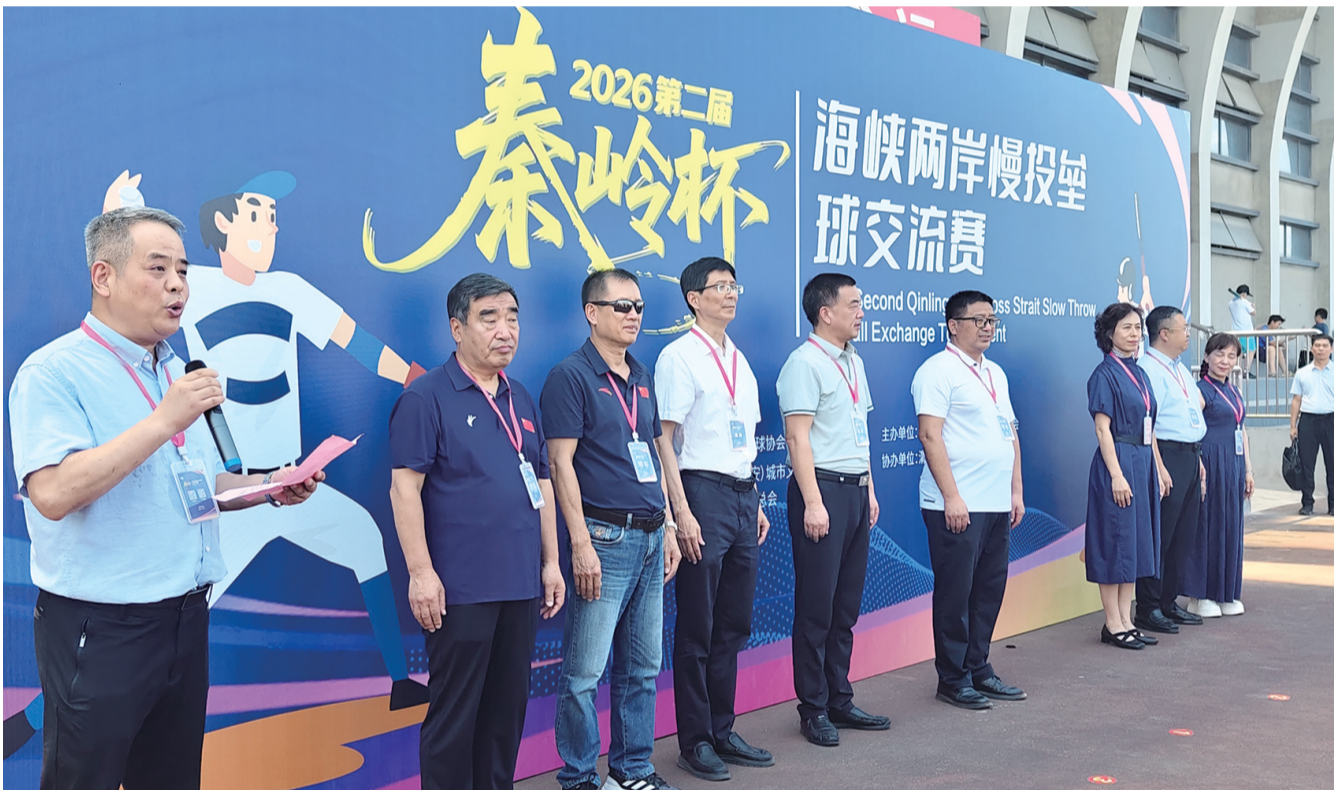
烟台市气象台6日发布天气预报:烟台市区,7日,阴,有小到中雨,市区东部有中到大雨,局部暴雨,伴有雷电,南风4-5级阵风6级,雷雨时阵风8-10级,最低气温22℃,最高气温28℃。8日,阴转小雨,南风短时北风3-4级,24~29℃。9日,阴转多云,南风3-4级,24~

30℃。烟台各区市,7日白天,阴有小到中雨,东部南部地区中到大雨,局部暴雨,伴有雷电,南风,沿海及内陆4-5级阵风6级,雷雨时阵风8-10级。最低气温22℃;最高气温,沿海28℃,内陆29℃。7日夜到8日白天,东部南部地区阴有中雨,局部大雨或暴雨,其他地区阴有小

雨,伴有雷电,南风短时北风,沿海及内陆4-5级阵风6级转3-4级,雷雨时阵风8-10级,22~31℃。8日夜到9日白天,阴,有雷雨或阵雨,南风,沿海及内陆3-4级转4-5级阵风6级,雷雨地区雷雨时阵风7-9级,21~31℃。

## 第二届“秦岭杯”慢投垒球交流赛开打

烟台鹿扬集团应邀参加活动



本报讯(YMG全媒体记者 金海善摄影报道)7月4日,2026第二届“秦岭杯”海峡两岸慢投垒球交流赛正式在华阴拉开战幕,来自海峡两岸12支全球代表队齐聚西岳华山脚下,分设华阴市体育场主赛场、华岳中学体育场副赛场同步开赛。本次赛事汇聚了12支精英队伍。其中,新北鹿扬、北市康德、台乐汽车、TSA北市垒协等6支台湾代表队奔赴华山;西安垒上、陕棒华山西峰索道、陕西神人等

3支陕西队伍主场出征,尽显三秦体育风采;郑州一八、东风十堰、成都上典比亚迪分别代表河南、湖北、四川参赛,中原、荆楚、巴蜀运动健儿同台相聚,群英荟萃、逐梦绿茵。当日全部赛程结束后,全体运动员前往酒店参与选手之夜,在轻松的晚宴氛围中加深情谊、共话热爱。烟台鹿扬集团作为陕西省棒垒球协会重要合作伙伴应邀参加活动,董事长郑

晓平出席开闭幕式,并为获奖队伍和选手颁奖。近年来,鹿扬集团与韩国、日本、菲律宾、新加坡、泰国等国家在体育交流方面建立了良好的合作关系。这些优势资源吸引了重庆、吉林、贵州、内蒙古、宁夏、陕西等地有关部门的重视,安排专人到公司考察交流,鹿扬集团也及时走出去,与各地加强交流合作,为推动棒垒球运动发展和助力地方经济发展发挥了积极作用。

## 小暑过,一日热三分

小暑,是农历二十四节气之第十一个节气,夏天的第五个节气,表示季夏时节开始。暑,表示炎热的意思。小暑为小热,意指天气开始炎热,但还没到最热。中国多地自小暑起进入雷暴雨最多的时节。俗话说:“小暑大暑,上蒸下煮。”小暑节气的到来,标志着季夏时节的开始。此时初伏将至,在一日胜过一日的炎风热浪中,荷花怒放、流萤飞舞、蝉鸣阵阵,万物用热情礼赞生命的美好。古人将小暑分为三候:一候温风至,小暑时节大地上便不再有一丝凉风,风中都带着热浪;二候蟋蟀居宇,《诗经·七月》中描述蟋蟀的字句有“七月在野,八月在宇,九月在户,十月蟋蟀入我床下。”文中所说的八月即是夏历的六月,即小暑节气的时候,由于炎热,蟋蟀离开了田野,到庭院的墙角下以避暑热;三候鹰始鸷,在小暑时节,老鹰因地面气温太高而在清凉的高空中活动。小暑开始进入伏天,民间有“小暑过,一日热三分”的说法,就是在小暑之后,气温会一天比一天炎热。所谓“热在三伏”,三伏天通常出现在小暑与处暑之间,是一年中气温最高且又潮湿、闷热的时段。在中国北方地区有“头伏饺子二伏面,三伏烙饼摊鸡蛋”的说法。头伏吃饺子是传统习俗,伏日人们食欲不振,往往比常日消瘦,俗谓之苦夏,而饺子在传统习俗里正是开胃解馋的食物。饺子长期以来都是北方广大地区老百姓最爱的吃食。小暑时节,人们应顺应自然,规律作息。此外,还应注意避免阳气外泄太过,避免运动量过大、出汗过多的运动。炎夏酷暑,很多人会选择吹空调、冲冷水澡等方式来消暑。高温环境下人体腠理开泄,故应避免汗出当风。空调温度不可过低,纳凉不宜在疾风之处,避免虚邪贼风乘虚而入。 YMG全媒体记者 刘晋

## “夏夜银河赏拍教程”来喽

每年6月至8月,是北半球观赏夏日银河的黄金时段:夜晚,白茫茫的银河静静铺展在头顶,雄浑壮丽,气势磅礴。想定格夏日银河的绝美瞬间?这份赏拍教程请收下。银河由大量的恒星构成,在我国古代又称天汉、星汉、天河、绛河等。虽然一年四季都可以看到银河,但夏季是欣赏银河的绝佳季节,这是因为这个时候最美丽的银心区域(恒星最密集)尤为明显,特别“出片”。当您仰望漫天星河,便能体会到“寄蜉蝣于天地,渺沧海之一粟”的悠远意境。星空摄影师、星联CSVA联合发起人周博介绍,夏日银河每月景致各有千秋:6月,入夜后银河如拱桥凌空;7月,“银河落九天”气势恢宏;8月的前半夜便能观赏银

河,还会有英仙座流星雨来陪伴。想要完美邂逅夏日银河?周博提醒,观测规划可从6月中旬启动,提前确定观测点位、备好拍摄器材与出行装备,预留充足时间做好各项准备工作。如何更好地观赏夏日银河?周博给出相关建议。要选择天气晴朗的夜晚,远离城市灯光,前往郊外、乡村等光污染较少的地点,用肉眼即可观赏。观赏前可以先闭目几分钟,让眼睛适应黑暗环境,再睁开双眼,便能清晰看见横贯天际的夏日银河。想要拍出夏日银河清晰好看的特写,三脚架是必备工具。周博介绍,手机拍摄银河时,可直接使用手机自带的夜空或夜景模式,也可切

换成专业模式拍摄,大家可以根据自身手机型号查找对应拍摄教程。无论选用哪种模式,用三脚架稳定都是前提。相机拍摄相对更简单,大光圈广角镜头是首选。调至最大光圈,手动对焦至无穷远,曝光时长在15秒左右,感光度等参数根据现场情况小幅调整,再用心构思画面,便能将夏日银河永久留存。除此之外,银河作品还有叠加堆栈、全景拼接、延时摄影等多种呈现形式,每种手法都配套对应的专业拍摄技法和后期处理流程。有一定基础的摄影爱好者,可以根据自己的偏好进行选择。浪漫夏夜,夏日银河的画卷已徐徐开启。不妨在天气晴好之时,背上装备,走入旷野,在温柔夜色里,与璀璨银河上演一场跨越光年的“天地对话”。 据新华社

