



2013年 华峰申银 杯千人万米健身长跑比赛成功举行 750人共享长跑激情

管陶/摄

记者 陈丹丹

跑道上 参赛选手你追我赶 奋勇争先 跑道两旁 不少市民驻足观看 摇旗呐喊 一路上 警车、急救车全程护行 筑起安全健康防线 4月20日 我市举行2013年 华峰申银 杯千人万米健身长跑比赛 由750名参赛者组成的 长跑大军 在干净整洁的滨江大道上快乐奔跑 用行动唱响 全民健身 主旋律。

每位参赛者都是英雄

比赛当天,7时不到,外滩广场上已经汇成了欢乐的海洋,身着各色服装的表演嘉宾,打着腰鼓,为即将到来的比赛热场。而在不远处的起跑点,身着比赛专用T恤衫的选手们,已经蓄势待发。

8时左右,随着第一声发令枪响,选手们像离弦的箭一般冲了出去。本次比赛分男子青年组、男子中老年组及女子组,前两组赛程为10000米,后一组为5000米。从跃跃欲试的企业方阵到信心满怀的长跑老将,从稚气未

脱的小学生到两鬓斑白的老年人,每个人都想做主角,都不甘心被落下。

快到了,快到了,再坚持一下!太棒了!这次比赛成绩很不错。每一名选手向终点冲刺的时候,围观的市民都会爆发出热烈的加油声、欢呼声。

在比赛终点,市民杨军一边用照相机记录下精彩瞬间,一边激动地说:10公里啊,真的太不容易了,我佩服他们中的每一位,我要给他们加油助威,因为他们都是英雄。

坐13个小时的火车来参赛

在选手中,记者认出了一张熟面孔。他就是廖朝阳,从我市第一届万米健身长跑办到现在,整整9届,他没落下过一场,是比赛的元老级人物。

记得去年廖朝阳在接受记者采访时曾明确表态:只要举办这样的赛事,我就会出现在现场。所以,为履行诺言,他又来了。他说:昨天我刚刚到瑞安,坐了整整13个小时的火车。

老家在安徽的退伍军人廖朝阳是瑞立

集团的一名普通员工,去年,他被调到瑞立集团合肥办事处从事市场营销工作,离开了生活9年的瑞安,但一年一度的长跑赛却是他始终牵挂的。

以前工作之余,经常到体育馆、外滩、集云山等地方跑步。现在工作太忙,根本挤不出时间练习,但长跑精神还在,明年我还会来!廖朝阳甚至总结出一套跑步经,他说:人生就要不停地向前奔跑。只有奔跑,不断向前,生活才有意义。

7年蝉联冠军 秘诀是坚持



男子青年组冠军叶昌旺冲向终点

余建立是我市长跑运动爱好者中的名人,这次,他以35分24秒的成绩轻松摘下中老年组桂冠。算起来,这已是他第七次蝉联该项赛事的冠军。而男子青年组与女子组的冠军,分别由叶昌旺和王小红以35分26秒和18分37秒的成绩获得。

老余真是宝刀未老啊,这样的成绩如果放在青年组都是第一名。只要他参加,比赛就没有一点悬念,冠军非他莫属啊!刚刚跑完的几位选手如此赞叹。

从当初的青年男子组选手,到如今的中老年组选手,今年快满48周岁的余建立对冠军这个头衔毫不陌生。这次没有出现强劲的对手,跑完也很轻松。据余建立回忆,家住汀田的他,以前开店的时候,经常跑10公里路去塘下,一跑就是好多年,除了下大雨的日子,几乎没有一天放弃过。久而久之,便成了习惯。

要说比赛的秘诀,我想就是坚持吧。余建立说。

能到达终点就算赢了

敢站在起跑线上就是胜者。早上4时起床,率32名队员从福建赶来参加比赛的福建三沙长跑队长施梅全言语间难掩喜悦之情。他表示,去年参加了比赛,感觉气氛非常轻松,所以今年又组队过来了。成绩方面,福建三沙长跑队的整体成绩有所提升,而他自己,也比去年快了整整4分钟。

这次报名参赛,主要是想看看自己能

否坚持跑完全程。选手小林在比赛开始前认真地调整呼吸、压腿伸腰,做着热身运动,以前读书的时候都是参加3000米跑,这是第一次跑1万米,能到达终点就算赢了。小林说。

像小林一样,有更多的参赛选手,他们不渴望夺冠,甚至有的人根本不打算跑完赛程,但是重在参与的心态,让他们感受到了奔跑的快乐。

上阵不离父子兵

选手中有不少一家老小共同参与的温馨组合。加油。调整呼吸,向前看,只剩下最后100米了。最后,32岁的年轻爸爸张先生终于跨越了终点线,这是他第一次参加比赛,也是第一次完成如此长距离的长跑项目。剩下最后1000米的时候,他8岁的儿子参与了陪跑。

都说上阵不离父子兵,拉上儿子一起比赛,不但可以彼此鼓劲,还可以

让儿子亲身感受一下更快更强的体育精神,我相信这对他以后的成长是有好处的。张先生表示,陪跑的建议是儿子提出的,一来是想给爸爸加油打气,二来可以强身健体。

为了陪跑,爱玩的他放弃了跟着妈妈去旅游的机会,我没想到他的积极性比大人还高。说起儿子的倔脾气,陈先生到现在还是非常惊讶。

老少选手备受瞩目

我看还有200米就到终点了,就加劲冲刺了一把,超了2个人呢。今年13岁的孙令晓是本次比赛中年纪最小的一名选手,成功到达终点后,她显得异常兴奋,小脸蛋红扑扑的,拿过妈妈递过来的饮料,咕咚咕咚地喝了起来。

在大家对孙令晓坚持跑全程表示赞赏的同时,跑道上,还有这样一些人吸引着众

人的目光。他们虽头发花白却仍精神矍铄,他们汗流浹背却笑声连连,他们就是本次比赛中让人不得不提的一群老年队员们。

今天跑得太开心了,整个过程状态都很好。67岁的选手缪养叶袒露自己的心声,我参加过3次这样的比赛,每次收获都不同。虽然不是专业选手,成绩也不是很想,但对跑步的热情依然高涨。

相关链接

自2005年以来,我市已连续成功举办办了9届万米健身长跑活动。本次活动由市体育事业发展局、市总工会、共青团瑞安市委委员会与本报主办,得到了华峰申银资产管理有限公司、浙商银行温州瑞安支行、

中国人寿保险股份有限公司、湖北劲牌保健酒业有限公司、娃哈哈启力等商家的大力支持。举办此项赛事,旨在推进全民健身运动,倡导健康生活方式。