

赛场上角逐激烈 赛场下故事动人

5名亲历者分享千人万米跑那些难忘瞬间

■记者 陈丹丹/文 王志/图

一年一度的千人万米跑比赛,用“狂欢”来形容一点不为过。

5月17日上午,浙江省首届生态运动会暨2015年千人万米跑比赛在滨江外滩举行,1600多名选手参加了这场角逐。他们中,有朝气蓬勃的青少年,有白发朱颜的老将,有牵手一起向前的“夫妻档”“家庭档”,也有组团参赛的企事业方阵。

赛场上激烈角逐、呐喊助威、欢呼雀跃的背后,也留下了许多难忘的瞬间。长跑结束后,记者在终点采访了5名本次赛事的亲历者,分享他们的体会。



赛场激情

“11届长跑,我们一场都没落下”

分享人:董小婉

跑完全程后,一位头绑花巾的女选手吸引了记者的目光。只见她热情地招呼同伴合影,和一群人谈笑风生、嘘寒问暖,丝毫不见疲态。她就是温州市路跑协会主席董小婉。

“瑞安的千人万米跑比赛,我们路跑协会已经连续参加了11年,一场都没有落下。”说起这11年最大的变化,董小婉非常欣慰,“从第一届的20来人参赛,到现在的200多人参赛,可见跑步这项运动,正在被越来越多的人所喜爱。”

当天早上,董小婉带着队友,5点多便从

温州出发来到瑞安参赛。作为领队,她需要考虑的因素非常多。“最怕下大雨影响选手们发挥。”比赛前一天的暴雨,让董小婉颇为担忧。万幸的是天公作美,开跑前雨渐止,清新的空气为选手营造了优质的比赛环境。

比赛结果出来后,她带的队伍中,有4名选手获得各自组别的前8名。而她自己,也笑言成绩和平时相比有所提升。

“6月份,这些优秀的队员还将受邀到日本参加比赛。所以这次相当于是一次‘练兵’的机会,大家都很珍惜。”董小婉说。

父亲全程陪跑,为女儿加油鼓劲

分享人:叶先生

上午9时许,在我市某事业单位工作的叶先生和他22岁的女儿叶瞳一起冲过了终点线。这时,等候在一旁的妻子终于露出了笑容。

“成绩不错,我们就是重在参与。”叶先生笑着告诉记者,这次我们全家出动,目的就是希望能培养女儿克服困难的精神。

叶先生可以称得上是一名长跑老将,迄今为止已经参加过上海、厦门等地的30来场马拉松比赛,其中仅今年上半年就参加了5场。他对长跑运动的喜爱,也感染了家人,妻子和女儿平日里给予了他最大的支持。

在父亲的感染下,叶瞳也开始练习长跑。“每天早上都要跑5公里,一天不跑就感觉缺了什么似的。”叶瞳说,市府周边和万松山是他们父女俩的跑步“根据地”,和其他的体育项目相比,跑步的参与门槛比较低,不受场地限制,如果想强健体魄锻炼意志,这不失为一项好运动。

“因为有人临时退赛,我们才拿到了参赛名额!”叶先生说,因错过报名时间,自己和女儿差点错失这次比赛机会,但自己这次参赛保留了实力,主要的任务是“陪跑”,给女儿加油鼓劲。

老将展风采,一点不比年轻小伙差

分享人:吴福兴

中老年人成为千人万米跑的一支“主力军”。当天,记者看到不少精神抖擞的中老年“跑友”,他们一点不比小伙子跑得慢,吴福兴就是其中一位。

皮肤黝黑、身材修长,乍看下,吴福兴并不显老,但鬓角的几撮白发还是证明了他已迈入花甲之年的事实。“今年已经61岁,但和我一起报名参赛的,还有个年纪更大的,73岁!”

吴福兴是温州九山路跑队的一员,他说,从跑步中能得到快乐,因此这么多年一直坚持了下来。

“坚持长跑对我的身体很有帮助,比如

爬山,很多年轻人都比不过我。”自豪之余,吴福兴也提醒中老年人朋友,因为上了年纪,更要有好的心态,参与即是胜利。“在参赛时不能和别人争和和别人抢,更不要拼命地跑,应根据自己的体质,以不太累为前提,稍有不适就应该放缓速度,调整身体状况,争取做到赛事中既有好的成绩,又不伤害身体。”

“我希望通过这个活动能让更多的人,尤其是老年人加入到长跑健身队伍中来。拥有一个健康的身体,这也是给自己和亲人最好的礼物。”吴福兴说。

场下镜头

百名交警到岗,贴心服务暖人心

分享人:民警老李



比赛当天早上6时30分,我市100多名交警到达现场开始忙碌起来。滨江大道上的邮电南路路口、五洲便利店路口、滨江大道3560号玉海派出所路口等37个路口,被放置了禁止车辆进入的警告牌。

“长跑期间,必须要高度警惕,保证不能有漏网之‘车’进入赛场。”民警老李说,如果管理有所松懈,很可能让车辆进入赛场,不但影响选手发挥,还有可能带来安全隐患。

起跑后,赛道中央和两侧,每

隔一段距离,就站有一位身着荧光黄制服的安保人员,每每有参赛选手经过,安保人员都会用自己的掌声和加油呐喊声给选手们鼓劲;终点处,维持秩序的民警和倒茶递水的志愿者们同样在为选手们提供无微不至的关怀和贴心温暖的服务。

老李负责最后冲刺阶段赛场的秩序,随着选手陆续跑至终点,他也提高了警惕。“一些家长为了让孩子看到比赛,将小孩举过头顶,还有的越挤越往前,只能一再地叮嘱。”比赛结束后,老李的嗓子明显哑了。

救护车一路护航,筑起健康防护墙

分享人:工作人员小周

赛道上,救护车一路为选手们护航,筑起一道健康的防护墙。

“天气较好,因此选手的状态也不错,往年比赛都会出现几位昏厥的选手,今年仅1位选手有些虚脱。”赛事工作人员小周介绍道。

据小周描述,这名选手是在临近终点处因体力不支产生头晕、呼吸困难的症状。几名民警配合将

他带上附近等候的救护车,又经过吸氧等一系列急救措施,脸色才逐渐恢复血色。在场的民警和医生都松了一口气。

据小周介绍,本次赛事,主办方将各方面服务做到了极致,确保万无一失。“让每个参赛选手没有后顾之忧,是我们的追求,也是本次比赛的服务宗旨。”

赛事小结

这是一次速度与耐力的较量,这是一场全民共享的体育狂欢。从最初的两三百人参赛,到现在1600多名参赛,周边38支兄弟队伍鼎力支持,本届活动成为千人万米长跑比赛史上参与人数最多、竞争实力最强的一场比赛。

此外,本次活动的成功举办,还应特别鸣谢主办单位:中共瑞安市委宣传部、瑞安市体育事业发展局、瑞安市总工会、瑞安市精神文明建设指导委员会办公室、瑞安市妇女联合会、瑞安日报社;承办单位:瑞安日报有限公司、瑞安市健身跑协会;协办单位:烟台波尔丹娜酒业有限公司(波特娜葡萄酒);支持单位:北京恒昌汇财投资管理有限公司瑞安营业部、浙江省和平慈善基金会;指定饮用水:康师傅优悦包装饮用水。正因为各方积极配合,努力把各项工作做到最好,才确保赛事高质量、高水平地完成。