

“农民跑”跑出的半程马拉松赛



□本报记者 於 婵

10月11日上午8时,随着一声发令枪响,300多名参赛者冲出了始发点,浩浩荡荡地向着路桥首个半程马拉松比赛终点进发。此刻,一直在现场忙碌的路桥长跑协会会长蒋东方、副会长王红华的脸上均露出了如释重负的笑容,并连声说道:“挺好的,挺好的,有那么多跑友支持,活动才能办起来。”

举办一次民间马拉松比赛是路桥长跑协会队员们多年的夙愿。终于在这一天,在风景优美的路桥中央山公园二期,在主办方体育局和建设分局的支持下,紧张筹办了数月的路桥首个民间半程马拉松比赛热闹闹地举行了。

这里没有竞技加分的舞弊,没有金牌、面子的功利,有的只是享受运动热爱跑步的人们。现场,大家都以“跑友”相称,他们大部分没有接受专业的训练,仅仅是清晨和傍晚享受运动的人。

然而,就是这些曾被专业选手称为“农民跑”的人,因为对体育运动的纯粹热爱,将路桥长跑带向了世界,并成立了“路桥长跑协会”,跑成了“正牌军”。

老队长於强富：

减肥跑到“停不下来”

“说起来,路桥算是台州长跑的发源地。”参加长跑运动9年的蒋东方说道,“以前我是‘山友’,接触到跑步,是因为老队长。”蒋东方口中的“老队长”就是於强富,跑了16年“停不下来”,跑成“国家二级运动员”,也是跑进世界马拉松赛夺得“九段”荣誉的路桥长跑第一人。

“我们都爱称他为老队长,一是他年纪大,今年65岁了。二是路桥长跑队伍能坚持到现在,和他们那一批人风雨无阻坚持跑步分不开。现在每天凌晨4点半,他们还是在石浜红绿灯口集合跑步,这一跑就是10多年。”王红华接口道,当年他也是被於强富收编的“弟子”之一。

而记者在一众路桥半程马拉松参赛者中见到於强富时,很难将眼前这位穿着运动短裤,精神矍铄的中年人与65岁挂上钩。

於强富样貌清瘦,然而,16年前的他却是体重85公斤的大胖子,所以他跑步锻炼的初衷是为了减肥。“能跑多远是多远。”於强富没有想到的是,原本为了健康开始的长跑,如今根本“停不下来”。

同样,路桥长跑队伍中,方丽民、於庆元、苏荷生等人都曾是大腹便便的模样,但如今的长跑队没有一个胖子。无论他们长跑的初衷是为了健康还是减肥,最终都融为一种习惯——对长跑的热爱。

“没认识前,大家都是各跑各的,认识之后,大家一起长跑,渐渐就想成立一支队伍。”於强富说,从2000年开始到现在,路桥爱长跑的人渐渐多了,现在这个“长跑圈”里已经有了近300位跑友。这些跑友大部分都是上班族或做生意的普通市民。於强富自己也是每天凌晨4点半出门锻炼,跑1个半小时到2个小时,回到家烧早饭,送孙子上学,然后还得出摊,跑步只是他日常生活的一部分。

就是这样普通的一部分,造就了生活中的不普通,从2007年第一次参加厦门国际马拉松赛开始,於强富一发不可收拾,陆陆续续参加了30多场国际性的马拉松赛事。

於强富回顾2007年第一次随台州长跑队参加马拉松赛——首战,惨败。

“39公里跑下来,我没有喝过一口水。”比赛中,於强富因为脱水而晕倒,其他队员的成绩也不理想。

出身草根,路桥长跑的跑友们一直缺少膳食和训练方面的指导,只是照搬自己平时跑步的模式。渐渐地,参加比赛多了,这群曾经被专业选手笑称为“木头跑”、“农民跑”的人们,也跑出了经验和节奏,心态越来越放松。

就在去年11月9日,第32届希腊经典线路马拉松赛隆重举行,近3万名来自世界各地的选手报名参赛。中国约300名长跑爱好者参加,其中台州人11名,路桥人占了7位。在这次比赛中,於强富获得了60至65岁组第二名的好成绩。

能够到马拉松的发源地跑一遭,现如今提起此事,於强富依然回味无穷:“比赛很棒,组织得很好,现场氛围也很好。跑步时,当地的居民为我们敲鼓助威、呐喊加油,为我们送水,跑步也成为了一种享受。”



路桥长跑协会：痴人的梦也能成真

路桥跑友们一直有个心愿,能有一个自己的组织,能够打着家乡路桥的名字参加国际性的赛事。

“在台州比赛时,我们自称路桥长跑队,到了台州以外比赛,我们又以台州长跑队的名义报名。说到底,是名不正,言不顺。”蒋东方说,建立组织这个念头几年前就有了。

虽然长跑队一直没有官方的组织,但平时也经常聚会,大家起了个队名叫“路桥野兽队”。2013年底的队友聚会上,蒋东方被选为新队长,时年63岁的於强富退任。

关于“野兽队”这个队名,蒋东方笑称,这是“自黑”,取自于平时跑友们的打趣。“很多人说,我们天不亮就在跑了,每天跑那么多公里,像野兽不晓得累。其实也是笑话我们跑步靠蛮力和毅力,不专业。”然而,这支不专业的队伍却跑出了专业的成绩,自2007年厦门马拉松赛后,这支队伍征战了数十个马拉松国际赛事,都曾取得较好名次。

直到今年8月21日,路桥长跑协会成立的批文正式下达,“野兽队”们做了五六年的梦终于实现了。

“真的挺不容易的。”王红华全程参与了协会的组建,协会的负责人大多是他一样开小厂或摆摊做生意的,文化程度不高,对于正式批办的严谨程序,这帮自嘲为农民出身的草根们,确实费了不少周章。

“不过,幸好我们没放弃,咱们草根也把一个协会办起来了。”王红华说,真的挺感谢跑友里相关人士的指导,帮助梳理程序,修正申请,让他们少走了一些弯路,也很感激那些跑友的热情,协会成立之初就有80多位正式成员,一举达到了注册的要求。

至于注册资金,也是所有负责人你3000元,我5000元,热情捐献的。“为让路桥跑友们有一个正式的家,大家都挺拼的。”讲到筹办之事,王红华欲言又止,“有些人理解我们,也有些家人不支持,说我们是吃力不讨好,自己找麻烦事。”确实,从2014年底真正把筹办协会搬上日程后,很多队员数个日夜为了一份材料奔波,理事们大大小小的会议开过数十次,从什么都不懂到最后像模像样成立,这中间的收获不少,矛盾同样也有一些。

“曾经想过要打退堂鼓,但既然开始了,就不能半途而废。”蒋东方说,马拉松比赛的精神就是坚持不懈,就像比赛时会有一道坎,或许跑

三十几公里会觉得特别累,步子迈不开,但只要咬牙撑过这一段,余下的路就没有那么难了,又跑得轻松起来了。

今年5月份,当所有材料都上交民政局之后,当协会成立的事变成一件势在必行的事之后,这些协会创始人就开始策划起首次长跑活动。如何让更多的路桥市民关注长跑运动,如何更好地营造全面健身的氛围,是他们一直在思考的问题。

当听说市里要搞国际马拉松赛时,蒋东方眼前一亮,提议道:“那路桥当一回先行军吧,我们办一个热身赛。”于是,就有了这一次“激情马拉松·路桥我先行”的策划创意。考虑到全民参与,活动把门槛放低,举办半程马拉松赛。这样能让没有参加过马拉松比赛的市民挑战一下,让参加11月15日市马拉松赛的选手们热热身。

身为此次活动的执行者之一,关于活动,王红华只说了一个“累”字,不过他感觉“累并快乐着”。直到比赛的前一天晚上,他还在准备开幕式讲稿。“改了五六遍了,我这大老粗这辈子真没干过这种细活。”他笑道,做事细致的他,甚至手绘了一份比赛的场地图,只为在公园各道口安排足够的志愿者维持秩序,保证赛事安全。

就是在这一批草根们的坚持不懈下,今年8月21日,路桥长跑协会成立;10月11日,路桥首个半程马拉松赛开赛,开创了路桥马拉松赛的历史。



路桥跑友：

享受运动,享受盛会

据悉,此次半程马拉松比赛场地为中央山公园二期外围,从灵溪台始发,沿栖霞庄——花溪——香草亭——秋影坡——叠翠台——隧道,回到始发点,选手将绕行6圈,赛程共21.0975公里。

“战胜自我就好,和20多岁小伙子们一起跑有点吃力。”1小时18分39秒,44岁的罗永灵第一个冲过当天比赛的终点。在慢跑2分钟后,他步行回赛道旁为还在继续跑步的跑友们加油。

罗永灵有过跑马拉松比赛的经验,跑步过程中始终掌握自己的节奏,才能取得此次赛事第一名。“毕竟年纪不小了,和年轻人还是不一样。”从小学开始,罗永灵便被老师挖掘,参加校队练习长跑,曾经拿过市中小学运动会第一名,算得上专业级选手。断断续续近30年的长跑训练,使得跑步于他而言与每天的吃饭、睡觉那般习惯。

“其实,跑步是一件很舒服的事,在跑的过程中感觉全身心都打开了,特放松。”罗永灵说,每一次参加马拉松比赛就像是参加一次朋友聚会,那么多人一起跑,特别兴奋。

路桥首次半程马拉松女子组第一的纪录由19周岁的周燕飞创造,花时1小时29分26秒。

周燕飞目前就读大一,为了参加家乡的比赛特地从学校赶回来。“在家乡比赛真的很亲切,比赛过程中到处能听到‘小燕子加油’的声音。”周燕飞说道。

“小燕子”是跑友们给周燕飞起的昵称,自从今年6月份加入路桥长跑圈后,周燕飞成了圈子里大家都喜欢的小妹妹。校长长跑队出身的底子,加上活泼开朗的性格,也让她在短短4个月内结交了好多新朋友。

“平时我喜欢听着音乐跑步,特别轻松。”周燕飞说,这些年跑步让她更乐观了,身体也更好了,“不开心的时候到操场上跑上几圈,就感觉好多了。”

如今,周燕飞正式加入了路桥长跑协会。“感觉协会里的人都特别亲切,经常有比赛叫我们一起参加,前些日子我在黄岩跑比赛,上周末参加福建的马拉松赛,加入这个圈子后你会发现活动好多,只要你想跑,每个周末都有比赛,生活变得好充实。”说话的时候,周燕飞一直笑着,弯弯的眉眼从内由外洋溢着她对这份运动的热爱。

除了这些能贴上专业标签的人士,大部分参赛选手都只是长跑爱好者,40多岁的刘补兴也坚持跑完了全程,并表示“挺轻松的”。据介绍,当天来参赛的都是平日里的老面孔,而中央山公园二期正是路桥跑友聚集地。

“在这里跑半马赛,就像我们平时锻炼一样,挺好的,熟门熟路而且安全。”刘补兴说,“其实马拉松比赛不神秘也没那么遥不可及,只要你愿意跑,就可以去挑战。我也参加过几次国际赛事了,名次不重要,坚持就是胜利。”