



杭马“大满贯”得主 连续参赛30年 袁士华：一生所爱，永远爱跑

□本报记者 马 超

动静结合，注重身体锻炼，“父亲说，中国人不能再做东亚病夫。”所以袁士华从小深知锻炼的重要性，最后他选择在农村当体育老师，真正和体育结缘。

作为临安群众体育的先行者，1987年，身为杭州西湖长跑队副队长的袁士华，带着临安当地的几位长跑爱好者参加了第一届杭州马拉松赛，这一次之后，开启了他长达30年的杭马之旅。

最近，袁士华被邀请参加了“杭马30”的特色活动，主办方邀请了杭马的老朋友一同重温杭马老路线。他心中的杭马梦仿佛再次被点燃，虽然年年参加杭马，但如此隆重的场景，除了1987年首届以外，这还是第一次。

袁士华穿上了30年前的首届杭马纪

念T恤，这是当时主办方统一发的，他说，这件衣服在参加完比赛之后就被他“藏”了起来，“这是老底子的老头衫，放久了很容易蛀掉，蛀掉多心疼。”所以，袁士华每年都会把这件不起眼的白色T恤拿出来晒一晒，视如珍宝的藏了三十年。看到这身具有年代感的“战袍”，同样身为30年前就参加杭马的几位老伙计激动不已，纷纷抢着和袁士华合影。

袁士华的宝贝还不止于此，没有落下一届杭马的他自然不会把承载杭马记忆的秩序册丢掉。他收集了从1987年第一届杭州马拉松至今的所有杭马秩序册，这些看上去十分普通的本子是他与杭马渊源的见证，也是他对杭马情有独钟的“情书”。

袁士华爱跑步，又不止为跑步。香港回归时，身为临安长跑协会会长他就带着会友一起跑到香港地区；澳门回归祖国，他又和友人一同跑到澳门地区；北京申办奥运会成功了，他和一群自行车发烧友骑车去了北京，沿路收集签名，最终将一副30米的长幅赠予了北京奥组委。说到这些“丰功伟绩”，袁士华满脸自豪，对于自己的跑步生涯，他无怨无悔，用他自己的话概括就是：“每天跑步一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子。”

袁士华即将参加自己的第三十届杭马，与此同时，他也领到了属于自己的杭马永久号，就像那件T恤一样，这将是他又一件珍藏的宝贝。

山上跑步被野猪追，永康“跑痴”成首届冠军 郑加利：跑步是一种生活方式

□本报记者 马 超

光头，黝黑肤色，身形健硕，如果不说，你一定猜不出他已经58岁了，这位年近花甲的男人就是郑加利，第一届杭州马拉松的男子冠军。

1987年，那时候的杭马还叫“中日西湖桂花马拉松赛”，郑加利最终以1小时08分的成绩完成了半程马拉松的比赛。那时候还没有全马，只有半马。

回忆起当初参加杭马的故事，郑加利娓娓道来。当年“中日西湖桂花马拉松赛”是杭州和日本静冈县为了促进两座城市的友好发展而举办的，在日本有樱花杯，在杭州则是桂花杯。两个赛事的冠军可以去对方城市参加马拉松赛，这给没出过国门的郑加利足够的参赛理由，经过自

己的特训，再加上本身的运动天赋，最后他如愿夺得冠军，也如愿踏上了前往日本的旅程。

说起这位马拉松冠军，在永康可谓无人不知，大家都喊郑加利为“跑痴”。曾经有一次在山上跑步，郑加利遇到一窝野猪，起初他兴奋的追着野猪跑，不过野猪很快就回过神来，反追着郑加利跑了好几里路，好在最后有惊无险。这之后要是一般人肯定对跑步有了阴影，但他反倒觉得自己跑得更快了，他笑谈，这都要感谢那一窝野猪。

与跑步结缘，郑加利说纯属偶然。小学时因为家里离学校远，而中午又有回家吃饭的习惯，为了不迟到，他每天总是在

跑步回家吃饭，再跑步回学校上课，一来一回也有八公里的路程，别说是小学生，一般成年人要是不常锻炼也无法完成。

正是这样的经历练就了郑加利的一双神腿，读书时他的跑步才能逐渐被体育老师挖掘，经过系统训练，他多次代表学校和地方参加长跑比赛，获得过许多好成绩。

走上工作岗位之后，郑加利开起了货车，跑起了运输。“运输当时的工资高，但没日没夜的工作很辛苦。”他告诉记者，由于经常日夜兼程地开车，自己的精神状态会很差，经常感觉到没力气。有一次他打瞌睡，为了提神，他干脆将车子停在路边，下车开始跑步，这一跑可不得了，让他精



神百倍。从此，他养成了边跑长途边跑步的习惯，一双跑鞋随身携带，他说：“本来昏昏欲睡，一跑步立马有了精神头！”

这次的“杭马30”特别推出了杭马永久号活动，郑加利也顺利申请到了属于自己的永久号码，对于杭马的首届冠军，对于一个杭马的忠实参与者，作为一个“跑痴”，他实至名归。



代号“马拉松” 跑过杭州春夏秋冬 高月球：用奔跑感受生命的热度

□本报记者 朱郑远

时候家里困难，买不起运动鞋，我经常光着脚跑。”高月球说道。

初中毕业，高月球就去了砖瓦厂上班，砖瓦厂六点半上班，迟到五分钟扣四毛钱，还要影响全年奖金，即使这样她依旧没有放弃跑步。

早上三四点钟起床，几乎每天都跑到镇海的招宝山下再跑回来上班，往来不及喘一口气就直接去上班。月工资24元，她把这些钱按时交给母亲，自己连买一双跑鞋都舍不得。高月球还告诉记者，那时候家里穷，因为跑步消耗大，经常营养跟不上，她就到海边去抓海瓜子，螃蟹等海鲜再去市场上出售，再买点肉

吃，补充体能。

镇海体育局的胡小康，看到了高月球坚持不懈的优点，不仅成为了她的第一任老师，还鼓励她：“现在国内外跑马拉松的女选手还很少，坚持下去，相信你能在马拉松项目上出成绩。”

正如胡小康说得这样，高月球的苦练也到了收获的季节。1983年、1984年，高月球在国家级、省级的工人运动会马拉松比赛中屡获佳绩。1986年5月上海女子国际马拉松比赛中，高月球夺得第一，创下新纪录。接着她又参加首届杭马比赛，夺得冠军。

平常高月球都会沿着西湖长跑，时间

长了，西湖边划桨的船夫、负责保洁的环卫工都认识这位执着的“跑马人”。虽然大家不知道她的名字，但“马拉松”无形中成为了高月球特有的代号，大家看到这个熟悉的身影，纷纷友善地叫她“马拉松”。

多年运动生涯难免落下一些伤病，去年，高月球腿疼得厉害，去医院检查发现由于常年高强度的运动以及年龄的增大，腿上得了骨刺，医生告诫她这段时间不适合长跑，她才被迫暂停下了跑步的脚步，参与了像是皮划艇等靠上肢为主的运动。

但是，到了今年杭马的时候，她依旧偷偷报了迷你小马拉松，“实在是停下来难受，而且杭马我已经参加十几届了，只要没有特殊情况我都不缺席。我热爱马拉松，尽情地奔跑让我感受到生命的热度，马拉松已经成为我生活中不可缺少的一部分了。”高月球说。

来自宁波镇海的高月球今年58岁，从1980年开始跑步，已经跑过了36个年头，算是和跑步一起度过了大半辈子。“对我来说跑步就是喜欢的事，年轻的时候最喜欢的事情就是在家边的水库旁迎着微风跑步，一圈大概十公里，我要跑2-3圈，那

