



22

黄晓素:杭马精神让我活得更更有韧劲

□本报记者 毛锦怡

发言权。她说:“跑马拉松的人都是一股不服输的韧劲,这股韧劲也一直影响我,一直以来,无论运动员生涯还是随后的工作生活,遇到难题,从不退缩,我也把这一精神传递给我的女儿、家人、同事。”

谈及自己的杭马情缘,黄晓素笑言,首秀很“壮烈”。

1987年10月11日,17岁的黄晓素和队友张小红、马香妹代表浙江参加了首届中日西湖桂花马拉松赛。黄晓素回忆到,“平常的训练成绩很不错,拿前几名没问题。”然而,做足准备的她却在比赛最后,和另一位队友晕过去了。“当天天气很热,有三十多度。要强的我们很拼,在离终点一公里不到的时候,因为脱水

晕倒了。”对于当年盲目的拼劲,黄晓素有点不好意思。

1988年,有了第一次跑马经验的黄晓素顺利拿下第二名,随后几年的跑马旅程也很顺利,连续4年获得第二名,还曾两次去日本参加女子10公里比赛,并都收获第二名的好成绩。

1991年,黄晓素在日本完赛后,递交了退役报告,特招到部队。“当一名解放军,这是我小时候的梦想”。到了部队,爱运动的黄晓素闲不住,参加空军运动会打破两项纪录。2005年,黄晓素转业,通过考试顺利成为了一名人民警察。“考试的时候我已经34岁了,孩子都蛮大了。为了备考,足足瘦了3公斤,不

过我觉得很幸福,小时候的两个梦想都实现了。”

“朋友总说,你们搞体育的就是要强爱拼。的确,我的不服输得益于此前的运动员生涯,尤其是连续几年的跑马经历更让我受益良多。”黄晓素说。

她也不忘把跑马精神传递给女儿,总是以此来鼓励孩子。朋友同事在她的影响下也格外爱运动,经常一起健身锻炼,今年的杭马就有不少被她“怂恿”报名的。在黄晓素看来,如今的杭马更是一场全民总动员的狂欢。“从第一届的700多人报名参加到如今的70000多人报名,这场盛会就是全民健身意识提高最真实的写照。”

23

郑晓军:为杭马尽一份自己的力量

□本报记者 马二龙

“因志愿活动,在赛场助力,与杭马结缘。什么是杭马精神,如何在跑道外诠释,在跑道后的你们,从来没有停止过思考。风华正茂的朋友,杭马背后,尽其所能,全心服务。如果可以,请允许我亲切地喊你们一声‘杭马大V’。

V是Volunteer,更是Victory。这是一种胜利,是最美浙里人的骄傲!为参与杭马的每一位志愿者,振臂一呼,志愿最美,你们是杭马的骄傲!”

这篇《杭马大V,向你致敬!》,是浙江工业大学2014级学生,杭马志愿者之一的郑晓军所写的。

2014年刚刚踏入校门的郑晓军正巧碰上杭马到学校招募志愿者,成功报名注册后经过几轮选拔,幸运地成为了杭马的志愿者之一。还记得比赛当天,由于学校距离黄龙体育中心较远,郑晓军5点就出发了。接待组的工作纷繁又复杂,登记、签到、引导、答疑等等,整个早上都处于忙碌状态。

回顾当时的情形,郑晓军感慨良多:“忙碌的志愿工作让我变得更充实、更强大,让我明白自己有能力可以做很多事。”在他看来,在杭马赛场为运动健儿服务是一件幸运的事情,在这里他找到了责任与

担当。“通过志愿者的工作,我能更好地反观自身,知道如何定位和表达自己,这对刚入大学的自己来说是一份最好的礼物。”

今年杭马的脚步越来越近了,在30年这个特殊的时间节点,郑晓军再次成为杭马的志愿者,他感到特别高兴和幸运。与往年不同的是,今年郑晓军的志愿者角色有所转变,由接待组变为“35km啦啦队+补给组”。他担任的是杭马途中服务环节的工作,需要负责将提供给选手的食品分门别类摆放在桌子上,并及时更新。

这些看似简单的工作也是需要技巧



的。“水杯要摆成三角形,每个杯子间要有一定间隙,水不能倒满,三分之一就够了。不能把所有饮料集中在一个区域,这样才能分散取水人流”。郑晓军告诉记者,为了更好地做好服务工作,他向“前辈”们打听了不少经验教训,“只希望今年我可以做得更好。”



24

项建华:跑步给了我第二次生命

□本报记者 洪漩 文/摄

跑了50年,全省各地的马拉松赛上时常能见到他的身影。“我自己都不太记得跑过多少比赛了。”项建华笑着告诉记者,自己参加的第一场马拉松是1983年举行的杭州职工马拉松比赛,当时的赛程就是标准的42.195公里,23岁的他一举获得男子组的冠军,从此与马拉松结下不解之缘。

“小时候因为太调皮、太能跑,我父亲把我送回安徽老家‘放养’,结果更是助长

了我漫山遍野撒欢了地跑,还越跑越快。”后来回到杭州读书,项建华成为学校运动会上的常胜将军,人送外号“飞毛腿”,“那时候还被同学们叫做‘跑步魔鬼’,和现在的‘大神’一个意思。”说起曾经的“头衔”,项建华脸上满是笑颜。高中时候就读杭州长征中学,体育老师甚至为他想出了特殊的训练方式——追汽车练习速跑。“过去38年了,我在学校田径比赛上的长跑记

录一直保持着。”

跑步离不开好的装备,项建华掏出一双陪伴他将近20年的鞋子,“这双耐克的鞋子是1997年香港回归时我去香港买的,有特殊的纪念意义。这么多年了,缝缝补补三四次,现在已经破到修鞋匠都放弃了,我依然不舍得丢,偶尔还会穿着他跑一跑。”

项建华告诉记者,跑步不仅仅给他带来享受,更给他带来了第二次生命。2011年,项建华在广州一次火灾现场救出6个人,最终自己倒在凶猛的火势里,全身烧伤面积达到90%。经过前期的康复治疗,渴望自由的他选择下地尝试奔跑,借机跑步帮助自己恢复健康。没想到,渐渐地他恢复到原来的状态,精神面貌也越来越好。

西湖边,潮范儿十足的项建华每周都要环湖跑上5、6圈,身材匀称健美的一点看不出已过五十岁。

“跑步是一件很简单的事,一双鞋就够了。跑出汗,衣服一擦,回家冲个澡,舒服。对我来说,马拉松的结果远远不如过程来得重要,跑了那么多届杭马,眼看着西湖越来越美,杭州这个城市也越来越大气。”谈起自己的跑步经历,项建华感触地说。

项建华从6岁开始跑步,到现在已经

