

山野间的那一抹橙色

——浦江茜溪跑团的故事

□本报记者 洪 漩

“ 浦江縣虞宅鄉西山村有一支夜跑隊，下至十幾歲的少年，上至六七十歲的古稀老人，每天晚上七點陸續聚集在村口的幸福二橋橋頭。無需通知，大家都是自發前來，做完熱身運動後，沿着當地有名的茜溪，奔跑起來……這支隊伍有個十分接地氣的名字——茜溪跑團。

全程十公里左右，沿途路灯下，大家跑过村庄，跑过田野，跑过乡间风景，最终把夜跑队也跑成了十里八村乡民眼中的别样风景。



痛痛快快跑一场 与抽烟打牌等陋习说再见

去年五月，跑团成立，最初只是邱剑锋和几个运动爱好者的自发组织，然而在他们的带动下，参与其中的村民越来越多，逐步发展成一支像模像样的跑团。

跑团成员云集各行各业，既有商人、小店老板，也有公务员、学生，更多的是农民和外来务工者。记者发现，不只是西山村的村民，还有外来的不少跑者，专门开车到西山村，在车上换好装备后，来到幸福二桥集合加入奔跑阵营，大家还幽默地互称“政委”、“团长”、“队长”等头衔。

成员邱景星是个体重两百多斤的“胖子”，用他自己的话说，那就是“再不减肥的话不行了”。加入跑团之后，他的体重下降了，身体素质明显提高，爬坡上坎再不会像过去一样大口大口喘气了，精神比之前好了许多。他说，以前吃完晚饭就喜欢去抽烟和玩牌，现在通过参加夜跑，把这些不良嗜好统统戒了，业余生活再也不局限在麻将上。

跑团里像邱景星这样的村民不在少数，有些村民不仅自己跑，还把老婆儿子等一众人人都带动起来。现在大家也不仅局限在村子周边跑，还跑出了大山。县里的毅行、诸暨马拉松、嘉兴南北湖的越野跑等比赛，都少不了茜溪跑团成员的身影。

你跑我跟随 外来务工者和村民亲如家人

随着跑团队伍的壮大，成员们决定购置一套队服，大家琢磨着把夜跑的着装统一起来更加凸显团队风采，这样每晚出去跑步的时候就是西山村的活招牌，跑团也更容易被大家所熟知。

说干就干，邱剑锋和跑友们一块儿商量设计，然后在网上找了店家帮忙订做，等收到印着“奔跑吧，西山！奔跑吧，兄弟！”的耀眼橙色队服，大家奔跑起来就更带劲了。或许是夜跑的魅力太大，除了本村的村民外，连周边的外来务工者都群起响应，纷纷表示想要加入组织，为了更好融入，还特意定制了一样的队服。

每天晚上七点，大家聚集在桥头做热身运动，奔跑途中大家互相鼓励支持。每次跑完，心情愉悦，成就感十足，跑回到幸福二桥，还时不时交流一下跑完的感受。

“跑步的时候整齐的队服穿起来，所有跑友融为一抹橙色。这也拉近了村民和外来务工者的距离，有些性格内向的人，通过跑步跟大家接触也渐渐开朗起来。大家都觉得跑团就是一个大家庭，因为有了这支队伍，村里人相处的氛围更加和谐了！”邱剑锋骄傲地说，“好多人都羡慕西山村里有这么一支团结的跑团，我们不仅仅通过跑步锻炼身体，还给大家带来一种积极向上的正能量。”



参与户外救援队 致力于应急救援等公益服务

茜溪跑团队伍里还有不少人是浦江碧水蓝天户外救援协会的志愿者，该协会是由浦江团县委牵头发起，由户外运动爱好者自愿组成的非营利性民间公益组织，也是浦江成立的首个山地救援队伍。

邱剑锋告诉记者，跑团好些跑友都是碧水蓝天户外救援协会的成员，协会承担着户外意外事故发生时的野外紧急救援作业任务，例如营救失踪驴友、山地救援救火、湖泊天然游泳场救生安全保卫工作以及志愿者公益活动等。

跑团成员为了能承担起户外应急救援任务及各项志愿服务，更加需要有一个良好的体魄，邱剑锋笑着说：“所以我们要锻炼好身体，这样才能更好地投入到社会服务中去。”

记者手记



邱剑锋用跑步磨砺身心

采访当天清晨六点，记者驱车前往虞宅，夹道的景观树郁郁葱葱，越往里走，两旁的山色越美，清溪流水，阳光明媚，让常年居住在拥挤城市的记者心情豁然开朗。七点钟到达西山村，尽管冬日的寒意仍环绕山间，却已经看到有村民整装待发开跑了。

村民告诉记者，以前的茜溪沿线并非如今这般整洁清爽，正是随着浦江“四边三化”（“四边三化”指在公路边、铁路边、河边、山边等区域开展洁化、绿化、美化行动）工作的推进，才将这片村庄山野变得美丽，吸引那么多村民在此夜跑。

不少跑团成员之前更多是在健身房的跑步机上享受奔跑的乐趣，但是随着整治行动扩大，加上虞宅乡对茜溪美丽乡村精品线沿线各村开展绿化，才改善了沿线的环境卫生水平，这才让大家有机会可以呼吸着新鲜空气在家门口奔跑。记者跟随着跑团从幸福二桥出发沿着茜溪小跑了一段，清晨的微风拂面，大山深处的负氧离子扑面而来，感觉五脏六腑都被清洗了一遍。

近年来，政府部门着力打造“美丽乡村”，对环境的治理没有一刻怠慢，希望可以还老百姓一片青山绿水。而这也给了爱好运动的人们更多的健身好去处，当“美丽乡村”遇上体育运动，产生的美妙变化绝对是1+1>2的。

就像邱剑锋说的一句话：“跑步，是心灵的旅行，是身心的磨砺，只有奔跑，才能遇见更好的自己！”相信这也是跑团大多成员的心声。

在运动间遇见更好的自己

洪漩



跑团成员在幸福二桥热身