

临海15年的“老驴”感言： 运动让我的生活无限精彩

本报记者 毛锦怡

“柴古唐斯括苍山越野赛零差评圆满落幕，临海风雨者第九届百公里毅行的顺利完赛，忙完了上半年这两件大事，我终于可以心无牵挂地准备自己7月15日在美国的40公里3D越野赛，今年下半年我还要参加多个城市的马拉松。”临海市登山协会会长陈东辉向记者细数起自己接下来的行程。用他的话来说，“运动让我的生活精彩无限”。

15年的“老驴”爱呼朋引伴

对于体育，陈东辉并不是科班出身，却成功地牵头成立了有500多名会员的临海市登山协会，四年来，他热忱地和大家一起开展各类民间体育活动。三年前，只是凭着商人的直觉认为该做大柴古唐斯括苍山越野赛，便一头扎进去，用心做好每一届。去年，该赛事被评为浙江十佳商业体育赛事，今年刚刚结束的第三届越野赛，不仅上了CCTV-5体育频道，更是以零差评圆满落幕。

“这都是大家的功劳，众人拾柴火焰高。”陈东辉一如既往地谦虚。虽然不是体育行家，但却是一名有15年经历的“老驴”，因为热爱户外运动，他乐此不疲地参与各类大小户外登山活动。“我享受运动带来的快感，我也愿意跟更多人分享运动的乐趣。”正因如此，陈东辉呼朋引伴地招呼当地更多运动爱好者加入他们的大团队，而且年龄跨度很大，下至二十几岁的青年，上至六七十岁的老者。

陈东辉也因此交到了不少朋友，他把自己的协会比作是一个大家庭。就像刚结束的括苍山越野赛，487名志愿者，82%来自协会成员。这些志愿者早在两个多月前就开始参与赛道清洁修整，更有65岁的老者每天累积往返50公里负责山上的杂草、垃圾的清运工作，没有一丝怨言。“这是15年驴友感情的沉淀，一般达不到这般的默契配合。”对此，陈东辉颇为得意。

商人出身的会长运作协会有一套

协会隔三差五都会组织会员上括苍山脉一带拉练或开展小型登山活动，多少会影响到居住在山上的村民，为了和大家建立友好关系，陈东辉特地组了一支医务志愿者队伍，隔三差五请他们上山给村民们免费看病。“居住在山上的以老年人为主，年纪大了生病是常有的事，下山看病不方便。”现在村民都和这些医务人员建

立了友好关系，有什么疑惑一个电话就搞定，缺了什么常备用药，吱一声，陈东辉都会托人帮忙捎上去。每年除夕夜，还会邀请村民下山吃年夜饭。

因为陈东辉的活络与善于经营，和村民们都建立了很好的关系。就如这次越野赛，沿途就有不少村民自发拿出家里的红薯干、蜂蜜供选手们享用。

去年开始成为一匹“马”

女儿已经上大学了，陈东辉笑言，除了工作，有更多时间用在户外运动和组织活动上了。他坦言，户外活动和参与各项赛事其实蛮烧钱的，去年一年，就差不多花费了十多万元，“不过为了自己喜欢的事多付出点，值得，因为我还享受到了运动带给我的健康与快乐。”

爱运动的陈东辉还根据自己

的健康状况调整运动方式，去年开始加入当地的路跑团，他调侃道：“如今马拉松这么流行，我当然不能落后了。”

一开始，担当的是路跑团摄影师的角色。去年9月，开始了一些日常训练。第一次正式跑马是去年的台州马拉松，原本计划跑半程马拉松的，不过在跑友们地怂恿下，陈东辉咬牙进军全马。“全

马的关门是6小时，最终，我在关门前5分钟跑完了全程。路跑团的众多跑友都一直在终点守候。”回忆起自己的第一次，陈东辉有点激动。

随后，还参加了去年的杭马，今年还将要参加北京和上海国际马拉松。“在跑步这条‘不归路’上，我将越走越远，希望能有更多突破。”

南征北战广交跨国球友 因为热爱，温州“奶奶级”球迷驰骋球场40年

本报记者 马超 文/摄

谁说篮球运动只是男人的运动，她会告诉你女人一样可以打好篮球；谁说篮球运动只是年轻人的专属，她会让你明白奶奶级的人也可以玩转篮球。她叫王丽娜，今年53岁，是温州篮球发展协会的一名成员，打了40年篮球的她如今依然和儿时的伙伴驰骋球场，只因热爱。

这几天，王丽娜随队正在武义参加省中老年篮球邀请赛，像这样的比赛王丽娜参加过多次，从参加前期训练，到出发前订票订酒店，再到出发去目的地，一切流程对她来说轻车熟路。

不管多麻烦，王丽娜都尽可能不落下一场比赛，不仅是为了热爱的运动，还因为队伍里这些有着近40年交情的队友。

王丽娜13岁来到温州市少体校学习篮球，当时长到了1米62的她在球队司职中锋。在队伍里，基本上都是和她年龄相仿的同学，她们吃在一起，住在一起，玩在一起，培养了深厚

的友谊。18岁那年王丽娜走出了体校，同时也告别了这些篮球姐妹。虽然心中不舍，但各自都将走上不同的工作岗位，王丽娜明白分离也是无可奈何的。

不过，就像因为篮球结识一样，她们的相聚也因为篮球。在国企上班的王丽娜参加了单位的女子篮球队，在一次系统里比赛时，她偶遇了以前的队友们。原来，不光只有她还在打球，大伙都没能放弃这共同爱好。自从那次球场相遇后，大家就默契地又一同出现在了球场上，只不过是对手，而是队友。

温州有一个袋鼠篮球俱乐部，王丽娜和伙伴们都是俱乐部里的成员，她们每周四和周日都会来到当地的高中一起训练，要说这训练，还真有模有样。一双耐克球鞋，一身运动服，还有一条篮球紧身裤，王丽娜对自己的打球行头十分在乎，缺一不可。因为少体校的同学从新聚到一起，王丽娜提议把曾经少体校的启蒙

教练也一起请出山，篮球鞋经常会搞复刻，她们的篮球队也一样玩了一把“复刻”。

这些年，王丽娜和队伍南征北战去了不少地方，从美国拉斯维加斯到印度尼西亚，从泰国再到马来西亚，打篮球让王丽娜开阔了眼界，结识了不少跨国球友，有事没事还会在网络上和球友们分享自己的篮球视频。

如今，王丽娜的孙子已经4岁了，在她带动下，小孙子看到篮球就满脸乐呵，哭的时候只要扔一个给他，立马“雨转晴”，王丽娜经常会带着小孙子去打球，让孙子长大后继承自己的志向也算是弥补了女儿没打篮球的遗憾。

虽然已经是奶奶级了，但王丽娜依然喜欢看篮球，特别是对国内篮球明星如数家珍，她最喜欢的就是周琦，“我喜欢看年轻人打球，有朝气又帅气。”

王丽娜并不服老，她要等孙子长大了，一起在一个球队里打球。

