

台州小伙有着双重身份,爱跑步也爱公益 潘盛杰:在奔跑的路上,遇见更好的自己

本报记者 余敏刚

“

在温岭,有这么一位业务开发员,名叫潘盛杰。平时,每天线上线下做着物流工作;假期,化身成为一名马拉松及越野跑运动员,在浙江各地的赛场上飞奔。

”

A 与跑步结缘,跑出好心态

潘盛杰在温岭顺丰速运业务开发部上班,每天下了班习惯性地会去公园的山上跑几公里,平时也会和小伙伴们的去打篮球。潘盛杰真正与跑步结缘,始于2016年春天。一次偶然的机会,潘盛杰认识了温岭长跑协会的小伙伴,慢慢熟悉了解后,他也加入了该协会。

27岁的潘盛杰,跑步快乐又简

单。加入协会之后,每一番春夏秋冬,他总是风雨无阻,任凭跌宕沉浮,路上都能见到他跑步的身影。

令潘盛杰最难忘是参加横店马拉松,那次比赛他参加的是半马,收获个人最好成绩1小时30分钟。

“跑步,不仅给了我壮实的体魄、匀称的体形、坚韧的性格,更重要的

是淡定从容、宠辱不惊。”潘盛杰说,跑步是一项枯燥无聊、耗时耗力,跑起来虐人又虐心的项目,也是一项被潘盛杰形容为男人苦行僧般修行的运动,这件看起来不可能持续多久的事情,却被他坚持下来,且已3年。这期间,半马、全马、山地马拉松等各种各样的类型、各种长短的里程,他都经历过。

B 越野马拉松找到人生新目标

“2016年是我第一次参加越野赛,当时是协会每年一次的温岭斗米尖越野赛50公里组别。虽然那一次是第23名,但那次经历让我慢慢地对越野赛有了更深入的了解,也从那时起我开始迷恋越野跑。”潘盛杰回忆道。

这一次的尝试,让潘盛杰知道了最长的跑步距离不是马拉

松而是越野赛,越野赛的赛道不是在平整的公路上而是在山里。小溪、丛林、田野对潘盛杰来说万分熟悉,从小他就对山山水水有一种莫名的喜爱。特别是在山顶还能俯视更美的风景,去眺望更高的山峰,沿途形形色色的风景也美不胜收,让潘盛杰无法忘怀。

上个月,在2019柴古括苍越野赛上,记者看到了潘盛杰的身影。当时天空下着大雨,潘盛杰做着准备活动,在这场与大自然的较量中,

潘盛杰就这样一路“大无畏”地跑完全程。

“比起平路我更喜欢越野跑,2017年我就参加了柴古赛事报了50公里组别,虽然一路上比赛辛苦,过程很虐,但收获更多的还是快乐。”对越野已痴迷的潘盛杰,目前正在积极准备,努力提升自己的能力。下一个目标是争取以后参加百公里以上的超长距离越野,希望能有机会去法国UTMB、意大利巨人之旅以及新疆的八百里流沙殿堂级赛事。

C 与跑协的小伙伴一起捐步做公益

潘盛杰所在的温岭跑协目前有300多名会员,大家平时不仅在一起跑步,常常还会一起做一些力量训练,一来二去间增进了彼此的感情。

除此之外,大家的聚会方式还有公益活动。去年开始,潘盛杰和其他跑协成员开始为公益前行,参加募捐活动。“送清凉”的活动一直在有序开展,他们空了就会去体育馆送水。此外,他们还积极参与一起捐步做公益,在这个过程中,潘盛杰感受到了前所未有的成就感。“既健康了自己,也帮助了他人,何乐而不为呢!”他笑着说。

“为健康快乐而跑,并且乐在其中,各类赛事我重在参与,成绩只是浮云。”潘盛杰说,他作为一个业余爱好者,跑步不是工作,只是生活的一部分,让他有健康的身体,能更好地工作;而工作是事业,是责任,是为了更好地生活。

都说生活需要仪式感,潘盛杰的仪式感,就是每一个跑步镜头下自信的微笑,而每次跑步收获的,或是最远距离,或是最快配速,亦或是认识新的小伙伴,看这座城市没有看过的风景。



“从警五载,经历过不少社会的阴暗面。闲暇时,与好友攀谈,在他们看来,社会是相当太平。他们却不知,岁月静好的背后,有多少像我们这样的人,在深夜和角落中默默战斗。”章超是黄岩公安分局巡特警大队的一位普通民警,这是他最切身的感受。



黄岩超人民警察身材壮硕,小贼见了闻风丧胆 章超:健身是为了让坏人和我讲道理

章超周围的朋友都爱叫他“超人”。为什么这么叫,看一眼他壮硕结实的胸肌、手臂上隆起的肱二头肌,用时下网络上流行的一句话来说:“咱不知道,咱也不敢问啊。”但他一身“超人”般的肌肉,显然已经给出了答案。

章超接触健身已经有五六年头了,每日坚持,基本上从未中断。接触过健身的人都知道,想练出一身强健的肌肉,着实不易。有人问他,上班已经很累了,休息时间还要去健身“虐”自己,到底图的啥?他的回答很霸气:“读书是为了跟坏人讲道理,健身是为了让坏人和我讲道理。”的确,拥有一身强壮的“腱子肉”,章超浑身上下散发出一股强烈的压迫感。每当实施抓捕的时候,他只需往

门口那么一站,挺起胸膛,那些“小贼”基本上就放弃了抵抗的念头。

健身还让章超拥有“超人”般的坚韧意志。每次走出健身房,章超总是衣衫尽湿、肌肉酸痛难耐,但他从未叫过苦累,依旧每天坚持着。他说,“连自己都不放过的人,还有什么能打败!”凭着这样一股“咬定青山不放松”的劲儿,章超战功赫赫。“无盗抢城市”创建开展以来,黄岩公安分局章超工作室加大破案力度,共抓获违法犯罪嫌疑人25人,其中刑事拘留16人。“只要盯住一个嫌疑人,就把他死死咬住,不将其捉拿归案,誓不罢休!”章超说,这句话成了他的座右铭。

章超直言,往后的日子里,他会继续坚持健身,也要带领更多队员坚



持健身。“只有自己的身体好了,才能把安全感带给群众。”

(通讯员 刘冰菲)