



人物小介

张柏春,男,58岁,浙江杭州人。从1991年开始跑杭马至今,除了1993年因为出国进修没能参加外,不曾漏过任何一届,被授予“杭马永久号”的荣誉。现任杭州长跑协会副秘书长、杭州钱江长跑协会副会长。



张柏春· 因为热爱, 所以『步履不停』

本报记者 洪璇

“

我叫张柏春,今年58岁,是杭马官方记录参加次数最多的跑者。

在这三十多年的狂奔中,我不仅感受到了杭城的变迁,还在其它城市触摸到了各个城市的脉搏,见证了中华大地翻天覆地的变化。提到跑步这个话题,我有很多故事愿和大家分享。

”

1 忆往昔峥嵘岁月稠

在学生时代,我就是个爱跑步的人,但凡是运动会,我总会报名参加中长跑项目,成绩也还不错。后来参加工作了,我依然保持着跑步的习惯,常常大清早赶到西湖边刷个圈,然后回家洗个澡再去上班。说实话,我很享受西湖边的那份宁静。

凭着良好的跑步基础,我在单位的一次长跑比赛中折桂,也因此被西湖长跑队看中,算是有了组织。那个时候,长跑队伍并不像现在那么多,跑马拉松的机会更是有限。全国范围,能说的上来的马拉松比赛也就那么几个,北京马拉松、杭州马拉松、大

连马拉松……那时候报名马拉松的名额都有限制,参加的也大多是高水平的运动员。所以当时的马拉松赛对于像我这样的普通长跑爱好者来说,可不是想去就能去的。

1991年,我参加了杭马的选拔赛,凭借着出色的长跑功底成功入选。我对那次比赛尤为看中,因为这是我第一次参加20公里的比赛。可是,那时候的我还没掌握正确的训练方法,练得有些盲目。或许是老天爷的有意考验,临近比赛,我临时“掉了链子”——脚受伤了。

这可如何是好!马拉松对我来说,不仅仅是爱好,更象征着我心中尽力而

为、永不放弃的体育精神。于是在杭马当天,我上午去医院打了封闭针,下午负伤跑完了比赛。当然,我这样的行为是不理智的,因此我也要提醒广大跑友,这样的做法并不值得提倡,科学训练很重要,量力而为才能跑得更长久。

2 三十余载的交情不一般

我这个人,很长情。这可不是自夸,我有“证据”。从1991年开始跑杭马至今,除了1993年我因为去日本进修遗憾错过外,历届杭马都少不了我的身影。

记得杭马最早的路线,都是围绕西湖跑。那时候,设计路线的思维比较局限性。到了2011年,首次跑进了钱江新城市民广场,杭马的路线终于跑出了西湖,跑到了钱塘江边,顺应了杭城的发展。后来,路线又走进奥体中心。我奔跑的脚步也随着杭马的线路穿越了老城与新区,从“西湖时代”跑进了“钱塘江时代”。

在杭马中,我不甘心只做一名普通跑友,我想为广大来杭城的跑步爱好者

尽一份力。所以现在的我,同时身兼选手、团队组织者、配速员等工作。2008年,我还组建了浙江跑吧,和全国各地的跑步爱好者在线联络、交流,义务帮助大家报名参加杭马比赛。我自己也记不清一共登记过多少从全国各地寄来的手写资料。最多的一年,通过我报名的人数达到了700人。但现在好了,有了支付宝、微信等软件,大家动动手指就能网上报名,比以前方便了许多。

随着时代的推进,不仅仅是报名方式更加方便了,跑友们的装备也从头到脚焕然一新。我自己就是个运动装备控,回想起最早时候参加马拉松,大家穿的都是纱背心、普通运动短裤以及不足10元一双的军球鞋。后来装备越来越

丰富,从遮阳帽、眼镜、速干衣、背包、水壶、腰包、运动鞋,到运动耳机、心率计、智能手环……我也一直在紧跟潮流,不断更新自己的运动装备。说实话,我十分享受这种由科学进步为跑步带来的日新月异的舒适体验。

除了运动装备带来的美好感受,杭马逐年提升的服务质量才是最让我们这种“老马儿”们称道的。如今的杭马,增加了参赛名额、优化了线路、体检环节也较以前更加严格。以杭马坚持了32年的体检报告审核制度为例,杭马是被称为国内要求最严的马拉松赛之一。到目前为止,作为国内历史最悠久的马拉松赛之一,尽管跑友数目逐年递增,但从没发生过一例安全事故。

3 狂奔中见证各城市日新月异

这些年来,随着举办马拉松比赛的城市越来越多,我到访的地方也越来越多。从最早的北京、大连、杭州,后来有了上海、厦门,再到近年来的郑州、兰州、秦皇岛、长沙、青岛、无锡、扬州、宜昌……目前为止,我已经在全国各地跑了不下100场马拉松比赛。其中,不少举办地我都是一再光顾,跑过这么多城市,也尽览了各地风貌的华丽蜕变。

除了杭州马拉松,我跑的最多的就是上海和厦门的马拉松。还记得在2003年,我首次在电视上看到了厦马直播的场景。那时候就觉得,在滨海城市环岛跑的线路真漂亮,于是就萌生了去参赛的想法。

终于在2005年,我报名参加了厦门马拉松。那时候可不像是现在可以直接上网操作这么方便,而是要通过当地旅游公司代办报名。我乘上了去厦门27个小时的火车,慢悠悠地颠过去就消

耗了我很多体力。不过,参加完那次比赛后,我就彻底爱上了这座城市。

年复一年地参加比赛,我发现不仅出行方式在改变,城市面貌也在时代的滚滚洪流中迭代更新。从绿皮火车到高铁飞机,从以前和跑友们一起挤在一个小旅馆睡大通铺到现在住进了舒适的星级酒店,道路两旁的绿化越来越完善,建筑也从低矮破旧变成了高楼林立……这一切的一切,变化实在是太大了。

在每年的“赶趟儿”中,我还发现各地马拉松比赛的规模越来越大,“大马”随之还带动了不少“小马”,各地各具特色的马拉松赛事撬动起了更为庞大的运动群体。跑友们参与度越来越高,组织者更是挖空心思,只为能提供更优质的赛会服务。我认为,如今的马拉松已经不仅仅是一项普通的竞技赛事,而是一项可供全民参与的“城市嘉年华”。



跑了那么多马拉松,最为钟情的依然是家门口有着西湖“坐镇”,素以“最美跑道”闻名的杭马。如今,杭马也已经进入“双金”时代,只要身体条件允许,我一定会一直坚持跑下去,用我的双眼、双脚去感受杭城的成长,见证时代的巨变。