

跑坏5双跑鞋、减重16斤,从乌镇到拉萨历时171天、4500余公里 桐乡“长跑哥”横跨大半个中国去圆梦

本报记者 洪 漩



全程4500余公里,跑坏5双跑鞋,减重16斤,黑了不少两个色号……有着“长跑哥”称号的桐乡马拉松爱好者刘贞前,于去年11月17日从起点乌镇出发,历时171天,一路风餐露宿,几经波折,终于在5月初成功抵达终点拉萨。此次非同寻常的旅途,完成了他心中多年的愿望——一边跑步,一边直播,以行动倡议更多人加入长跑行列。昨日,记者连线刘贞前,他兴奋地述说起此行特殊的旅程。

周到补给 说服家属 拉萨之行启程

“我打从小就喜欢运动,有着十多年的长跑经验。”54岁的刘贞前告诉记者,自己曾经“三高”很严重,正是通过跑步,身子骨越来越强健。迄今为止他参加过的马拉松赛不计其数,还号召跑友们立成了一个跑团,定时拉练。

渐渐地,普通长跑已经不能满足他探索远方的欲望,前几年他甚至开始萌生跑着去拉萨的疯狂念头。刘贞前开始周密地部署安排。首先是强化体能和耐力,跑团的成员们纷纷自告奋勇担任起陪练;其次是做好后勤保障和营养补给,食物、药品、帐篷……一应俱全。

全程最重要的莫过于陪伴一路的搭档——驾驶员伙伴和爱人,一个负责开车,一个负责直播和做饭,三个人妥妥地结合成为一个各司其职的“长跑小组”。

(上接1版)

全省冰雪运动嘉年华时隔三个月重启 “抗‘疫’白衣战士专场”表达特别敬意

一封“全民健身 抗击疫情”的倡议书,同样引起广泛共鸣。宣读倡议书的,同样是一位援鄂医生。朱迪是浙江第五批援鄂医疗队成员,作为省人民医院康复医学科康复治疗师的他,是整个团队中唯一一位负责康复治疗。朱迪认为,全民健身是增强抵抗力的有效手段,是值得倡导、鼓励健康的生活方式。朱迪就是这一健康生活方式的践行者:站在冰场赛道上的他,让孩子们坐上雪橇板,此刻正牵着弹力绳奋力将孩子们“弹射”出去,父子合作击倒7米前的“保龄球”,“清零行动”成功!父子俩双双发出爽朗的笑声。朱迪说:“运动带来的健康、快乐,就是这么纯粹!”

现场,要说笑声、欢呼声最多的项目,“争分夺秒”不遑多让,一二一!一二一!家长和孩子们坐在“毛毛虫”上以脚作桨、奋力向前,作为冰雪嘉年华的人气担当,冰上毛毛虫再次成了人气最高的项目。此外,传统项目冰上拔河摇身一变成了“众志成城”,不过这次的拔河有了些许不同——原先两队比赛成为了三向拔河,医护家长和孩子们分成三队,在比赛的同时,也发扬

了抗疫齐心协力、勇于担当的精神。

风景与风险并存 陌生人的鼓励为他前行“充电”

“路上比我想象中的要艰苦。”刘贞前说,除去天气变幻、道路曲折、风餐露宿的坎坷外,经过无人区时,偶尔出没的野兽也令他回想起来依然心有余悸。不过,相比天气影响和野兽袭击,刘贞前直言万万没想到的居然是突如其来的疫情给行程造成的障碍。

“若非疫情影响,原本耗时不会那么久。”他告诉记者,那时候自己已经抵达四川康定。直到发现沿途补给变得困难时,他才意识到事态严重性。“沿途所有的店铺都关闭,我们只能一路往回撤,到了成都好不容易才住进了一家小旅馆,在这里进行了一个多月的自我隔离。”不过,即使在那段时光里,刘贞前也坚持在旅馆中锻炼体能,时刻为再次上路作准备。

每到一个目的地,在休整时,刘贞前便会和直播间里关注他的粉丝们聊聊天,将最真实的跑步状态和天南地北的观众们进行分享,这也是他一天中最幸福的时刻之一。

刘贞前告诉记者,此次乌镇到拉萨之行对他而言无异于一场高原拉练,对体力和精神都是一次重塑,沿途能将爱运动的正能量传递给大家这才是他大的收获。

宁波滨海上演 “蓝天风筝派对”

本报讯 昨日,作为2020宁波市全民健身季暨滨海体育嘉年华的开头大戏,“东海蓝湾·鲜活咸祥”风筝节在鄞州区咸祥镇正式拉开序幕,共吸引了300多位国内外专业风筝表演者和游客们参与。

在新湾沙滩上空,一时间“百花齐放”,传统风筝们竞相飞上天空,广大风筝爱好者积极向人们展示了技艺精美、色彩斑斓的手工风筝。空中不仅有展翅高飞的雄鹰、轻盈小巧的蜻蜓、身长足多的蜈蚣,还有翩翩起舞的花蝴蝶,一时间成为了一道靓丽的风景线。

活动涉及的风筝展示项目非常之多,个人传统风筝包括龙类、软翅类、硬翅类、板子类、软翅串类、硬翅串类、软体类、大型、长串、挂件。运动风筝则包括单人双线、双人双线、三人以上双线、盘鹰,带来了一场争奇斗艳的“风筝盛会”。

在现场,风筝竞技也开展得如火如荼。专业表演者为现场

观众带了一波又一波精彩的“空中炫技”,引得现场欢呼声和掌声不断。大型软体风筝和大型长串风筝的放飞,也让天空中布满“巨无霸”,一时间成为象山港畔一道亮丽的风景线。

住在高新区的叶女士拉着闺蜜驱车前来,她表示,看到从高速过来也就45分钟,就在微信小程序上报了名,放风筝不仅让自己找到了童年的记忆,而且这一天在海边玩下来觉得这边海域真的很不错,比想象中中美太多。

咸祥镇镇长王宏标坦言,此次风筝节的成功开展,不仅让人们享受到了放风筝这项活动的乐趣,更激发和满足了人民群众的健身需求,拉动了体育消费。在丰富人们精神文化生活的同时,也吸引了周边游客前来参与,多方位展现了咸祥得天独厚的滨海资源,为进一步打造旅游度假、运动休闲的滨海度假区奠定了基础。

(通讯员 顾一伟)



妈妈的节日

昨日,黄龙体育中心的笼式足球场,八位妈妈体验了一把橄榄球运动的乐趣。平日里她们作为旁观者带孩子来学习,恰逢母亲节,浙江黄龙魔方运动中心特意组织了一场独属于母亲的活动,让她们从旁观者变成了参与者。

本报记者 潘笑坤 文/摄

战略合作伙伴



浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85178608
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223

合作伙伴

