

张明跃:从路跑者到志愿者,唯有爱不变

本报记者 陆英健



七彩人生

在不少的路跑赛事活动中,龙泉跑团的身影经常出现,跑团自2015年成立,不断发展壮大,如今成员已达500多人。大大小小的路跑和越野赛途中,除了奋力奔跑的选手们,还有那么一群人,无论白天黑夜,都在坚守,直到比赛结束,直到最后一位选手离开。他们志愿于一条条赛道,志愿于一场场比赛。在跑团中,一位年过七旬的志愿者备受瞩目,他就是张明跃。

张明跃自从退休之后就开始投身志愿工作,从最开始在社区帮助特困老人,到如今加入龙泉跑团,他作为一名志愿者已有十余年了。“志愿奉献都是快乐的,做一个志愿者最大的收获也是快乐。”张明跃所在的志愿队有十几个人,他是队长,只要有需求,张明跃都会带队报名参加。

2018年上半年,龙泉长跑体育运动协会应江南100邀请,参加缙云长跑越野赛志愿者服务队伍,张明跃毫不犹豫地报了名,这是他第一次接触越野赛的志愿活动。到目前为止,他参加了包括缙云仙都超级越野赛、江南之颠天空越野赛、庆元廊桥越野赛、江南百英里越野赛在内的多场越野赛的志愿活动。“在越野赛道上做志愿服务,仿佛找回了当年那个驰骋跑道的自己,激情与活力迸

发出来,那是一种特别的感染力。”张明跃说。

从普通的志愿者到报名参加越野赛志愿者,只因为自己热爱长跑,2012年、2013年、2015年,张明跃曾带领长跑队参加过杭州国际马拉松比赛,自己也是长跑体育运动协会创始人之一,后来年纪大退休了,又回到跑道边当志愿者。作为一名路跑爱好者,张明跃更能打心底里知道跑者们需求,无论是最基本的水和食物补给,还是对参赛者们的加油鼓劲,每个打卡点的志愿者们都要做到事无巨细。

跑者们充满斗志地从一个打卡点跑到另一个打卡点,作为赛道上的志愿者,张明跃也获得了难以言喻的感动和幸福,或许,这就是作为一名优秀志愿者的责任感和使命感。他回忆:“对我影响

最深刻的是第一次参加江南100越野赛,作为董家彦打卡点的志愿者之一,我们组一共7个人,从下午进入打卡点,一直到第二天晚饭后才交班,虽然说我年龄大点,但个个都是马不停蹄干活,得到了运动员的赞同和打卡点负责人的认可,‘今年是最顺的一次’,听到这样的话,我们组的每一个人都感到很开心。”

张明跃的志愿事业也得到了妻子和家人的支持,有时他还会拉上妻子一起当志愿者,两个人一起追求最简单纯粹的奉献快乐。成才先成人,这是他对儿子的要求,也是对子女的期盼。乐观的他,奔跑的他,热心的他,都成了子女心中的一把尺。从小就懂得坚持和努力必不可少,善良和热忱万不可失的两个儿子,都有了各自的成长和收获。大儿子主动



参军,在父亲曾服役的军队历练,小儿子成为一名警察,保卫一方平安。2019年,张明跃家被评为浙江省最美家庭,2020年被评为全国五好家庭。“家和万事兴是不变的真理,自己所热爱的事情能得到家人朋友的支持,会给自己带来更大的动力。”张明跃开心地说。

年过七旬,从跑道上到跑道边,张明跃仍旧脚步不停,他说只要自己身体许可,就会继续投身志愿,这是他的坚持。



丰富退休生活 倡导健康养老 桐庐举行退休人员太极拳比赛

本报讯 日前,桐庐县举行企业退休人员太极拳大赛。本次比赛得到了企退人员的广泛参与,经各桐庐县乡镇街道初选后,共10支队伍进入决赛。

比赛在桐庐县弘艺功夫馆的武术表演,杭州市武术协会一级教练、全能冠军、桐庐县优秀拳师毛雅芬及其弟子的武当对剑后拉开序幕。在悠扬的背景音乐伴奏下,各代表队舞动着杨氏24式太

极拳的各招各式,扎着稳实的马步,动静结合、收放自如,时而刚劲有力,时而轻松柔软,每个人的脸上都洋溢着自信的光芒。最终,来自桐庐县分水镇的分水太极拳队荣获金奖,而该队也将作为桐庐县代表参加市级比赛。

“太极拳是我们老年人很喜欢的一项运动,但专门为我们退休人员这个群体举办的太极拳比赛我印象中是头一次,感谢主

银龄好球

8月29日,2022年宁波市老体协送健身项目下基层活动暨海曙区老年人健身球操培训班在市老体活动中心举行,80余名体育健身骨干参加活动。

通讯员 林瑜



@浦江

本报讯 8月26日,浦江县老年体育项目展示活动在县文景园仙龙广场举行。按照“活动人数控制在200人以内,并落实做好防疫、安全工作预案”的要求,2天2批分别展示了健身大鼓舞、24式太极拳、健身气功、婺韵广播体操、排舞等项目。

(通讯员 张道钢)

@新昌

本报讯 近日,2022年新昌县老年体育现代化村(社区)地滚球交流活动在东茗乡东茗村文化礼堂举行,来自全县的17支队伍,共计100余人参加比赛。

(通讯员 梁凯凯)

@玉环

本报讯 8月28日,玉环市清港镇老干部飞镖邀请赛在活动中心举行,市部分单位退休老同志受邀参加交流活动。比赛项目设置硬式501团体赛,活动采用循环赛进行友谊交流。

(通讯员 郑福田)

@仙居

本报讯 8月27日,“大气仙居共富礼堂”银龄文体系列比赛(健身气功易筋经)大比拼活动在横溪镇曹店村文化礼堂举行。全镇有16个行政村的文化礼堂体育代表队,计300余人按疫情防控流程查验后进场比拼。

(通讯员 沈保定)

办方给我们提供这么好的展示平台。”作为一名太极拳爱好者,首次参加此类比赛的方润花对比赛非常满意。

桐庐县人社局副局长胡轶敏表示:“今后,我们还将继续组织企退人员喜闻乐见的系列文体活动,提升群众的参与度、幸福感和获得感,助力桐庐县共同富裕建设。”

(通讯员 王仪楚 包羽非)