



东营一家三口跑上了“瘾”

全家总动员 齐跑马拉松

还记得去年那位说“作为咱东营人,我一定会继续坚持参加马拉松比赛,不断超越自己”的选手段玉堂吗?今年他一家三口齐上阵参加2011黄河口(东营)国际马拉松赛。“做梦也没想过可以一家三口一起参加国际马拉松比赛,特别是在自己家乡的土地上。”14日上午,段玉堂夫妇说起首次一家三口跑马拉松时显得特别兴奋。一家人还特意起了个响亮的口号“全家总动员,齐跑马拉松”。说起跑马拉松的缘由,两人归结为一个字“瘾”——不跑就难受。

段玉堂回忆起首次参加东营马拉松比赛场景,2008年他报名参加了东营举办的黄河口马拉松全国邀请赛全程比赛,因为经验不足,不会合理分配体能,跑完半程腿就抽筋,随走随跑的坚持跑完全程。从那以后,段玉堂寻找跑马拉松技巧。

随后段玉堂坚持每天锻炼,锻炼线路由围绕西城改成西城至东城后,就需要“供水”,妻子赵翠花就成了段玉堂的“义工”,骑着自行车随时给丈夫补充水分。“开始跑到30公里左右,就觉得得到了自己的极限,根本跑不下去。”段玉堂说,妻子在旁边给自己加油打气才坚持了下去,后来他和周围朋友就鼓动她一起跑,现在她比我都上“瘾”。

段玉堂说到这,赵翠花就按耐不住了。用赵翠花的话说,骑自行车从西城至东城原来想都不敢想,更不要说是跑了。因为丈夫段玉堂,她由“义工”变成和

他一起并肩作战。“开始他一不跑步就吵着难受,像上瘾了一样,当时根本不理解。”赵翠花说,她真正跑马拉松纯属偶然,这要说到2009年去北京跑马拉松比赛,当时有一位东营运动员因某些原因不能参加,丈夫加周围朋友劝说,自己就跑了一场“风雨交加”的马拉松。“之前跑最远距离就是10公里。”

段玉堂夫妇表示,两人每天早上起来会围着广场跑10公里,周末就会跑西城——东城来回30多公里。受两人影响,他们13岁的儿子也开始跑步。段玉堂说,他知道可以报名参加迷你马拉松(5km)时,特别兴奋,放学回来就“全班都知道我们全家跑马拉松了”。从今年三月开始,他放学回来第一件事就是换好衣服去锻炼,围着广场跑四、五公里,看到每天跑步速度提高,他就越跑越带劲。“有时间我们一家三口就出来锻炼,现在已经从坚持变成一种习惯了。”

“希望七年后,我们一家三口都可以参加咱东营举办的马拉松比赛中的全程赛。”段玉堂夫妇说,因为有2008年东营举办的黄河口马拉松全国邀请比赛,全家人才有机会接触马拉松,这次才能呼吸着自己家乡的空气,在自己熟悉的路上参加这次比赛。一家三口会越跑越带劲,希望带动更多的东营家庭组合参加到马拉松比赛长跑队伍中来。

本报见习记者 刘红 嵇磊

市民寄语

王光兴
10岁



我感觉他们跑得好快啊,特别是黑人跑得更快!我长大后也要去跑马拉松,得冠军!

于胜英
70岁



马拉松真好看,人多热闹,看着就让人高兴。俺是第一次见这么多人的跑步,太高兴了!

赵乃松
66岁



在东营举行这样世界级的盛会,我感到非常的自豪!这对促进全民健身有好处,也对东营经济建设起推动作用。

薄印龙
23岁



东营这几年发展很快,马拉松在东营举行对东营起到很好的宣传作用,也会带动更多市民参加健康运动。



爱在马拉松

薛国壮是多威俱乐部的一名参赛选手,曾多次参加马拉松全程比赛。本次东营国际马拉松比赛与妻子一起参加,由于妻子第一次参加,薛国壮便放弃了全程比赛,改陪妻子一同跑半程,在比赛中见证了他们的爱。

本报记者 郝文杰 见习记者 王忠才 摄影报道



天翼又添新成员

电信180给力放号

超多靓号抢先选 智领3G新生活



8888钻石级连号、“180+区号”绝版稀有号、520/521浪漫情侣号,更多靓号震撼登场;入网办理3G套餐优先选择“180+区号”绝版稀有号码、吉祥号码;更有存费零元购机优惠;城乡完美网络覆盖、超12万种丰富应用、飞速网络速度、引领风尚的智能手机,让你畅享3G美好生活。



世界触手可及

用户至上 用心服务 Customer First Service Foremost

中国电信山东分公司
sd.ct10000.com

客户服务热线 10000