http://www.jjjb.com.cn

晋江经济报微信公众号　晋江新闻网微信公众号

2023年11月23日　星期四
農歷癸卯年 十月十一

JINJIANG ECONOMY NEWS

晋江经济报

菲律賓版
第3708期
晋江新闻网
www.ijjnews.com

E-mail:jjb419@yahoo.cn

□關注2023特步晋江馬拉松賽

“僑商跑團”近200名鄉親積極備戰

全世界跑馬　最愛還是晋馬

本報記者　王雲霏

“澳門小伙伴已經準備好啦!”“美國鄉親集結完畢!”……自2023特步晋江馬拉松賽發出邀請以來,海外鄉親、港澳臺鄉親及异地商會成員積極報名今年晋馬增設的“僑商跑團”。目前,“僑商跑團”集結完畢,來自世界各地12支跑團的近200名鄉親蓄勢待發,祇待奔赴這場在家鄉舉行的體育盛會。

在這些鄉親中,許多人有着豐富的跑馬經歷,但在他們心中,最愛的仍是晋馬。他們身上,閃耀着挑戰自我、超越極限、永不放弃的體育精神。

美國 李素親　不負家鄉不負卿

從2014年初次接觸馬拉松,不到10年,李素親已經跑馬30多次。

“起初因為經常坐着辦公,腰椎受損,精氣神也不大好,才開始接觸跑步。”李素親回憶,跑步沒多久,身邊的朋友就邀請她參加馬拉松賽,當時她選擇了半馬。如今再回首,李素親笑稱自己是“無知者無畏”。

“首馬”的記憶格外深刻。當天,李素親跑到18公裏時便感覺腿已抬不起來,并且開始抽筋。“後來,我才知道那是腿部乳酸堆積。”她坦言自己過于草率、準備不足,不僅沒有穿速幹衣、功能型運動鞋,甚至都不知道補給,祇是一味“硬衝”。

在李素親幾乎支撐不下去的時候,一個個素不相識的跑友經過她時都對她喊一聲“加油”,這讓她感受到莫大的力量,“這種力量在無形中推動着我,跑下去,不要放弃,不能辜負為我加油的人!”

就這樣,憑着一股韌勁,李素親堅持跑完了半馬。賽後一個星期,她的腿始終酸脹不已。此後,她積極向經驗豐富的跑友請教,學習怎樣健康跑、匀速跑,避免運動傷害。“因為跑馬,我認識了很多志同道合的朋友,大多性格爽朗,他們給了我很多正向的幫助和鼓勵。”創業雖繁忙,但李素親的車後備廂裏一直備着一雙跑步鞋,偶爾有空了“抬腿就跑”。漸漸地,她後備廂裏又多了越野裝備,常常去參加越野跑。

2016年,李素親報名北京馬拉松賽,并幸運中簽。更幸運的是,比賽時她還遇到了跑圈明星毛大慶。當時,毛大慶擔任“關門兔”,李素親便跟着他一起跑。兩人相談甚歡,還互留聯系方式,在日後成了好友。今年,李素親力邀毛大慶一同參加晋馬,“盡管這次因為時間衝突,他無法參加,但是我們約好,明年他一定提前把時間留給晋馬!”李素親說。

熟悉李素親的人都知道,她參加馬拉松賽不追求成績,而是重在享受過程。因此,她去世界各地跑馬的同時,還喜歡到處走走看看,感受各地風土人情。“走過那麼多地方,我更加堅定,最愛的是故鄉。”李素親參加了好幾次晋馬,對于晋馬的不斷進步深有體會。不久前,借着在晋江的機會,她和幾個跑友已經先行體驗了晋馬賽道。“用腳步丈量腳下的城市,這很有意義,尤其是跑過安平橋和草庵時,我內心充滿了驕傲!”

跑馬對李素親產生了深刻的影響,她的人生信條是“跑下去,一切皆有可能”。也正是這種堅韌不拔的精神,鼓舞着她在創業路上勇敢前行。因為熱愛運動,她與志同道合的朋友組建了一個越野賽事平臺。她十分期待未來能為晋江的體育品牌賦能,為家鄉打造體育城市貢獻自己的力量。

李素親

李越治

吴天益

陳冰冰

林震東

曾灝宸

新加坡 李越治　期待完成“世界馬拉松大滿貫”

在廈門大學就讀本科時,李越治擔任該校女足隊主力隊員,司職前鋒。在足球運動中,她領悟到團隊配合的重要性。那時,她也開始接觸800米、1500米跑。

2014年,李越治攻讀新加坡國立大學EMBA,接觸到更多的體育賽事。為了備戰敦煌121公裏戈壁挑戰賽,2014年12月,李越治報名參加了新加坡渣打馬拉松賽。

“本來想報名半程馬拉松,但因為名額報完了,祇能選擇全程馬拉松。”李越治回憶,當日凌晨4點多,她就趕去比賽起點做準備。新加坡的天氣酷熱,盡管已經做了充分的心理準備,但李越治依然感到十分艱難,卻又不甘心放弃,一路上不停地為自己加油鼓勁。最終歷時5個多小時,她堅持跑完了全程,甚至在後半程,她越跑越勇,提速超越了其他跑友。

“我覺得自己超酷、超厲害!”完賽的那一刻,李越治內心充滿了快樂,也感悟到永不言弃的體育精神。此後,她每年積極參加各地馬拉松賽事及戈壁徒步挑戰賽等,從中收獲挑戰自我的樂趣和成就感。

希臘是馬拉松運動的發源地,是跑者心中的“聖地”。2018年,李越治在順利挑戰雅典馬拉松後,暢游雅典,留下了許多珍貴的回憶。

2019年,在先後徵戰廈門馬拉松、武漢馬拉松之後,李越治又“解鎖”了“世界馬拉松大滿貫”之一的紐約馬拉松。2022年,她又先後拿下了倫敦馬拉松和芝加哥馬拉松的完賽牌,并于今年9月跑完了柏林馬拉松。

“很開心中簽2024年東京馬拉松,期待同行者!”前兩日,李越治興奮地發布了這樣一條朋友圈。在明年3月參加東京馬拉松後,李越治便要對最難的波士頓馬拉松發起衝擊,完成“大滿貫”。

在李越治的影響和帶動下,她的先生鐘流和女兒也成為運動達人。今年9月,鐘流成功挑戰全長330公裏的意大利巨人之旅耐力越野賽,并躋身亞洲選手前十。

“這次能回到家鄉參加馬拉松賽,我感到格外開心。我平時在新加坡生活,正好借此機會看看家鄉的新貌、嘗嘗家鄉的美食。”李越治介紹,期待今後有機會全家一起回鄉參加晋馬。

泰國 吴天益　從跑馬中汲取人生力量

作為跑步愛好者,吴天益的跑齡其實并不算久。回憶起2017年首次挑戰半程馬拉松賽的經歷,他坦言“過程很痛苦”。

當天,剛剛跑過13公裏,經驗不足的吴天益便已經不適,跑跑走走,一度以為無法完賽。“在我幾乎無力前進時,許多跑友經過都會拍拍我的肩膀鼓勵我,賽道外還有觀衆大聲喊着‘加油’。”吴天益說,他當時強忍着酸痛,咬牙繼續跑,不知不覺就到了終點。拿到完賽牌的那一刻,除了激動,他內心更多的感受是不可思議。

這一次的經歷,讓他愛上了馬拉松賽,更讓他領悟到了不畏挑戰、持續向前奔跑的馬拉松精神。“人生就像一場馬拉松,中途會遇到困難,常常感到乏力,但祇要頑強拼搏,永不言弃,就能一路過關斬將。”吴天益說,在遇到挫折和壓力的時候,他都是用馬拉松精神鼓勵自己,然後一次次振作起來,直面挑戰。

對于吴天益來說,跑步不僅能鍛煉身體,更可以放鬆身心。平時,他每天早上都會跑上10公裏,而遇到情緒的低谷,他也會立刻去跑上幾圈,促進多巴胺的釋放,迅速“滿電”。

自從堅持跑步以來,吴天益覺得自己的身體狀態越來越好,精神也愈發抖擻。在他的影響下,許多生意伙伴也加入跑步的行列。“從前大家都是約着應酬喝酒,現在變成了約跑,既能鍛煉身體,還能邊跑邊聊天,交流生意、溝通感情,實在是一舉多得。”吴天益笑言,跑步已經成為他生活中不可或缺的一部分。

吴天益和跑友們有一處固定的跑步場所,早來的人先跑,跑完就在一方石桌前休息泡茶,等晚來的人跑完,大家圍坐一桌品茶聊天,十分愜意。

此次,吴天益組織了近10名在泰國的鄉親,組成泰國泉州晋江聯合總會跑團。“這次晋馬特地增設了‘僑商跑團’,大家聽說後都第一時間報名參賽。”從2017年就參加過晋馬的吴天益擔任泰國跑團的團長。

“近年來,家鄉晋江發展得越來越好,不僅城市建設和各項配套愈發完善,還接連舉辦了許多大型體育賽事,鄉親們深感自豪。”吴天益說,自己會一如既往地支持晋江、宣傳晋馬,也期待世界各地的人都能到晋江參加金牌馬拉松賽。

中國澳門 陳冰冰　爲家鄉代言 爲晋馬喝彩

陳冰冰曾擔任2019年晋江馬拉松賽公益代言人,與晋馬淵源頗深。“當年接到晋馬組委會的邀請,成為家鄉大型賽事的代言人和宣傳者,我感到特別驚喜和榮幸。”陳冰冰說,她一直希望能組一支跑團回家鄉參賽。正因如此,盡管早前已經報名了澳門國際馬拉松賽,但得知晋馬在同一天舉行時,陳冰冰不假思索地選擇回鄉參賽,加入今年晋馬特設的“僑商跑團”。

此次,陳冰冰積極向身邊的朋友宣傳,動員熱愛運動的朋友一起參加晋馬。“在澳門的晋江青年時刻不忘宣傳家鄉,推介家鄉的歷史文化、特色美食、品牌優勢等。”陳冰冰說,許多澳門籍朋友對晋江“神往已久”,因此,澳門詩山青年創會會長楊福來、澳門聖若瑟教區中學校長吴庭照等多位澳門跑友此次也很樂意放弃澳馬,轉戰晋馬。

熟悉陳冰冰的人都知道,熱愛運動的她永遠活力滿滿。她從2016年開始跑步,在運動中感受到自律的快樂。陳冰冰參加了五屆澳門馬拉松賽,在她看來,跑馬是一項非常好的運動,十分鍛煉個人的意志力和韌性。

近年來,陳冰冰一直在關注晋馬,在她看來,每屆晋馬都有進步和提升。作為安海人,她每年春節返鄉時,早上都會去安平橋跑步打卡,風雨無阻。而本屆晋馬的賽道將途經安平橋,讓她十分驚喜。“從前都是一個人跑,今年可以和世界各地的跑友共同飽覽家鄉的世遺之美,真是太棒了!”陳冰冰說。

作為跑團組織者,陳冰冰回晋期間打算為澳門的朋友安排一頓閩南特色小吃,讓他們嘗嘗地道的晋江風味。

同時,為了在晋馬展現出最飽滿的精神風貌,作為團長,陳冰冰準備充分,誠意十足。“因為我們是剛剛組建的非專業跑團,在各自制定運動計劃的基礎上,還準備組織不定期的集體訓練,把大家召集起來,培養‘新團隊’的默契感和凝聚力。”陳冰冰說,跑團還會定制一面運動感十足的橫幅,在大家跑過終點後,一起拉上橫幅定格精彩瞬間,留下屬于晋馬的“獨家記憶”。

中國香港 林震東　“六星跑者”組隊戰晋馬

每天6點30分,當許多人還沉浸在夢鄉的時候,林震東已經出現在公園的跑道上。

“每次出差,我都會帶上一雙跑鞋,隨時隨地跑步,還能看看各地的風景。”林震東說,跑步已經成為他生活的“必需品”,而馬拉松就是最好的“調味劑”。

目前,林震東堅持每個月最少200公裏的運動量。北京、深圳、廈門、長沙,以及國外的紐約、倫敦、柏林等,在世界各地的馬拉松賽道,都有林震東揮汗奔跑的身影。

在馬拉松界,世界馬拉松大滿貫(包含波士頓馬拉松、倫敦馬拉松、紐約馬拉松、芝加哥馬拉松、柏林馬拉松和東京馬拉松)是跑友的“榮譽殿堂”,完成大滿貫的跑友被稱為“六星跑者”。因難度極大,許多跑友對其可望而不可即。而早在2019年,林震東就已成為“六星跑者”。

早前,林震東參加晋馬時,內心一直有個想法:如果賽事能夠與晋江人文特色多多結合就更好了。因此,看到今年晋馬的精心設置後,他頗為驚喜,“賽道途經安平橋和草庵兩大世遺點,能讓參賽者在奔跑中充分感受晋江的歷史文化底蘊,很有意義。此舉也將更好地宣傳、推介晋江。”

值得一提的是,林震東創立的“糖果跑團”至今已有10年,跑團成員有50名,每周組織一次10公裏的例跑活動。這次參賽的跑團成員多數來自深圳,還有來自香港、臺灣的。“我一直期待有一天帶‘糖果跑團’到家鄉跑馬,這一次‘圓夢’了。”林震東介紹。

“家鄉舉辦的賽事,咱厝人必須全力支持。”林震東說,他常常在“糖果跑團”的活動與交流中宣傳家鄉。晋江的知名品牌、人文底蘊、特色美食……都令跑團成員為之向往。去年,跑團的“隊鞋”就來自晋江品牌特步。

“2023特步晋江馬拉松賽一定非常精彩!”林震東期待着帶領“糖果跑團”在家鄉賽道上一展英姿。為盡地主之誼,他將承擔跑團在晋江的相關費用,賽後還要帶領跑團成員品嘗閩南菜,逛逛五店市和梧林,讓他們了解晋江、愛上晋江。

中國臺灣 曾灝宸　馬拉松裁判員爲晋馬點贊

來自臺灣的曾灝宸喜愛運動,與馬拉松的結緣,要追溯到10年前。當時,曾灝宸的日常跑步訓練開始不到一年,便在跑友的鼓勵下,抱着試試看的心態,報名參加2014年深圳馬拉松賽。

“當時我還是一個‘小白’,以為跑馬是一件簡單的事,但事實并非如此。”曾灝宸回憶,自己“天真”地報了全程馬拉松,卻因為準備和訓練不夠充分,在跑到25公裏時肌肉拉傷,被迫退賽。

吃一塹,長一智。在深感遺憾之餘,曾灝宸也深刻明白“要對馬拉松賽充滿敬畏之心”。她積極向跑友取經,深入了解跑馬。“馬拉松賽不僅是跑步的延長版,對時間的把控及心理的調試都至關重要,這其中有很多技巧。”在認真復盤、加強練習之後,她報名參加了2015年1月舉行的廈門馬拉松賽。

這一次,曾灝宸量力而行,報了半程馬拉松。獨自到廈門參賽,她并不感覺孤單,因為在起跑時她遇到了一位當地第一次跑馬的女孩,兩人互相鼓勵,結伴跑步。

曾灝宸清楚地記得,歷時2小時12分,她拿到了半馬紀念獎牌。“當時真的太開心了!”對于那份喜悅,她至今記憶猶新,這也激勵她在馬拉松的路上一直奔跑。

從那以後,曾灝宸陸續參加了許多全程、半程馬拉松賽及越野賽等。她認為,參賽的意義并不在于追求多好的成績,而是可以結識更多各地的跑友,同時更好地認識世界。令她印象格外深刻的是2018年參加的新加坡日落馬拉松賽,凌晨0時起跑,大家在奮力奔跑的同時,還要抵抗夜間的困意和疲憊感,極具挑戰性。

幾年前,曾灝宸成為深圳馬拉松賽的裁判員。“作為裁判員,要熟悉賽事的各項工作流程,嚴格執行賽事組委會和競賽規程的各項規定和要求,安排好賽道沿綫各站點的服務保障措施,保障運動員順利完成比賽。”在她看來,裁判員是一項頗有使命感的工作,能展現良好的體育精神、職業道德和綜合素養。

在來自晋江的跑友力薦下,曾灝宸報名了今年晋馬。因為擔任過賽事裁判員,曾灝宸對于馬拉松賽事的理解更甚于普通跑友。“一場賽事,從前期籌備到正式完賽,要付出大量的人力物力,做好賽事服務保障工作,這其中還要面對許多不可控因素的挑戰。”正因如此,在了解晋江馬拉松賽之後,她為晋馬組委會點贊,“這屆馬拉松的賽道規劃、氛圍營造、供給保障都很出色,不愧是金牌賽事。所以,我一定要報名體驗一下。”

曾灝宸說,晋江與臺灣一衣帶水,海峽兩岸同根同源,她準備借參加晋馬的機會好好了解晋江的歷史文化。

■編輯人:李杰　設計:李江龍　校對:嚴學錦　新聞廣告熱綫:0086-595-82003110　承印與發行:菲律賓商報