

# 八方来贺

众享盛事

2015年4月24日 星期五 编辑:王路路 美编:陈惠芳

## 草根马拉松之王东营“造”

### 苏勤生和他的160个马拉松

本报记者 段学虎

提起苏勤生,在国内长跑爱好者当中,都是大名鼎鼎,13年时间,160个全程马拉松,光赛事纪念奖牌就收集了100多枚。这位“中国阿甘”,便是参加马拉松赛事最多者之一的苏勤生。从黄河口国际马拉松赛创立至今,苏勤生一次不落,因为黄河口马拉松赛永远是他心中的“第一赛事”。

### 13年160站马拉松赛

今年62岁的苏勤生,是胜利油田鲁明公司的一名石油工人,提起马拉松,他在业内可谓无人不晓,从2003年北京申奥他第一次跑全程马拉松,至今,13年,他跑了150站马拉松赛,今年的黄河口国际马拉松赛,是他的第160站马拉松赛。全部的赛程加起来,6700多公里,长度超过长江,超过万里长城,超过了世界上最长的河流——尼罗河的流程。

在苏勤生的家里,他有一个精致的柜子专门用于存放他的马拉松纪念物品,里面有2013年波士顿马拉松赛的纪念奖牌、T恤和关于当年灾难的报道。还有2010年纪念雅典马拉松战役2500周年的马拉松赛纪念奖牌等,来自世界各地马拉松大赛的100多枚奖牌,让他能自己组成

一个马拉松纪念馆。“世界五大马拉松赛事我去了四站,波士顿、芝加哥、纽约、柏林,准备明年攻克最后一站伦敦。国内的十大马拉松赛事我已经跑完了,去年,我去台湾参加了马拉松赛,完成了我跑遍两岸四地的梦想,大陆、台湾、香港、澳门都留下了我的足迹。”拿起每一块奖牌,苏勤生都能讲出其中的一段故事。他说,他很珍惜这一枚枚奖牌,“这就是我的一个一个的脚印。”

“黄河口马拉松赛的每一届奖牌我都有,参加波士顿马拉松赛还未完赛就发生了爆炸案,之后赛事组委会还是把奖牌越洋寄给了我,新疆沙漠挑战赛、北京100公里极限挑战赛,这些大赛我都尝试了。”苏勤生说,马拉松让他着迷,“一旦开始跑了,就停不下来。”

### 用自己宣传东营

2008年,东营也有了自己的马拉松赛,自己的家乡办马拉松赛,苏勤生当然不能错过,“可以说,我是看着黄河口国际马拉松赛长大的,从一开始的几百人跑全程,到现在的总参赛人数3万多人。赛事规格也越来越高,今年,我把具有纪念意义的第160站全程马拉松留给了东营。”苏勤生说,他希望用他的微薄之力,宣传东营,宣传黄河口国际马拉松赛。

“我每次出去参赛,有人问起,我都会先说我们东营的黄河口国际马拉松赛,让咱们家门口的大赛让更多的人知道。”苏勤生今年联系了河北石家庄的一家企业和青岛的一家企

业负责人组团来参加马拉松赛。“他们听到了我对黄河口国际马拉松赛的介绍,都已经报名参赛。”苏勤生说,黄河口国际马拉松赛相比于其他城市的马拉松赛事,有得天独厚的优势,“黄河入海口、新兴石油城,这都是我们东营独有又响当当的名片。”

苏勤生说,他还要继续跑下去,他给自己起了一个非正式的英文名“苏马拉底”,“意思是苏勤生将马拉松进行到底。”苏勤生说,他享受马拉松,更为东营有异常高规格的马拉松盛宴感到庆幸,“我最大的愿望,就是家门口的马拉松赛事能与国际知名赛事齐名。”

### 李子章:

## 去年跑了11次全程马拉松

李子章从2010年开始练习长跑,2011年开始跑马拉松,在参加了一次马拉松比赛后,他就彻底爱上了这项运动。“刚开始长跑是为了健身,想着过了40岁了,得多锻炼,长跑受限制较少,也不需要像羽毛球等运动需要别人配合,所以就开始了试跑。”李子章说。

“在2011年第一次参加了马拉松之后,我参加马拉松的次数也逐年多了起来。”李子章说,2012年他参加了3次马拉松比赛,2013年参加了5次,而去年一年,他共参加了包括黄河口国际马拉松、郑州-开封马拉松等在内的11次马拉松比赛。

在李子章参加的所有马拉松比赛中,他都是跑全程,

去年的11次比赛中只有潍坊滨海马拉松是半程比赛。“因为经常跑,经常练,跑全程挺轻松的。”李子章说,在去年的“济南12小时跑”比赛中,他获得了第五名,虽然参赛不是为了拿名次,但是能有这样的成绩他还是很高兴。

现在跑马拉松已经是李子章生活中的重要组成部分,周边城市只要有城市马拉松比赛,李子章都会尽量去参加,“马拉松比赛都是在周末,也不影响日常的工作。”李子章说,对他而言,跑马拉松已经仅仅是健身,更是一种减压方式,他在这跑马拉松的过程中也结识了很多热爱奔跑的朋友,这让他非常知足。

(本报记者 孙川)

### 石学功:

## 热爱马拉松,也热爱记录生活

“3点45起床,4点15出门,我一开门迎面扑来一阵凉风,着实有点寒意,这或许是昨天的一场小雨带来的初秋的一点寒意吧。为了预防着凉,赶紧做了60下下蹲,20下压腿,身上微微有点热意。3点45正式赶往石大操场。”这是石学功跑步日记中的一段。从2011年至今,今年68周岁的石学功已经跑了4年的马拉松比赛,在日常生活里,他则是喜欢跑步健身,喜欢写跑步日记的乐观老人。

对石学功告诉记者,跑步能够健身,提高生活质量,还能够挑战自我,去年他参加了北京金山岭长城马拉松

是他参加过的难度较大的一次,因为途中有很多上坡下坡,比赛过程要比其他城市马拉松要难一些。“我更喜欢这种难度大的马拉松比赛,这样更能够挑战自己的极限。”

现在石学功不仅自己热爱跑步,也在努力带动着自己的家人参与的奔跑的行列中来,现在石学功的老伴、儿子儿媳都养成了早起跑步的习惯,对于这一点,石学功感到非常骄傲。“我运动我健康,全家运动,全家健康。”石学功说,跑步不仅让家人和自己健康,生活质量也有了很大提高。(本报记者 孙川)

### 燕飞:

## 带着孩子们一起奔跑

东营市育才学校老师燕飞是东营市长跑协会的会员,也是育才学校“约跑吧”的发起人,从2011年开始接触马拉松,燕飞已经跑了十几个马拉松,而他认为更值得自豪的事情,是他通过长跑,带起了学校内70多人的长跑爱好者队伍。

“一开始就是因为了自己一次感冒,却一直好不了,那时候自己体重170多斤,上个楼都困难,就觉得该减肥了。”燕飞说,从那开始他就开始“不开车上班了”,“当时也巧,正好我带的班学生们运动会成绩不大好,我就动了带领大家一起跑步这个心思。”说干就干,2011年燕飞和他的学生组成的“约跑吧”正式开始跑步,现在已经发展到了70多人。

从2011年开始,黄河口国际马拉松赛燕飞场场不落,“2011年第一次跑完半程马拉松我的体重从162斤一下子下降到156斤。累是累了点,但是我却喜欢上了这项运

动。”现在,先飞已经跑了11个全程马拉松,今年的黄河口国际马拉松赛,他又报了名,而且他的学生们有30多人报了5公里的迷你马拉松,一人报了半程马拉松,几个学生家长也跟着报了半程马拉松。“现在每天固定一起跑步的学生63人,我们约跑吧里总人数130人。”燕飞说,东营马拉松带动了东营人的运动兴趣,“现在东营有很多跑步团体,而我去别的城市,这种跑步团体就少很多,这与黄河口国际马拉松赛的带动有很大的关系。”

燕飞说,以后他还要继续跑下去,并且带着更多的孩子跑,“现在城市孩子们的体质大不如以前了,通过带领大家跑步,几公里下来,孩子们早晨爱吃饭了,身体强壮了之后,性格都变好了,老师家长与他们交流起来也更顺畅了。本学期开学以来,我们班的孩子没有一个因病请假的。这就是跑步带给我们的好处!”

(本报记者 段学虎)



▲苏勤生



◀李子章



▲石学功



◀燕飞