

知道吗?

而跑爽



专题摄影 郑州晚报记者 白韬

我体验,我快乐

74岁体育狂人八“战”郑开

“只要身体允许,我还要再跑30年郑开马拉松!”3月30日早上6点多,在中国郑开国际马拉松赛郑开大道的起点处,74岁的河南省鹤壁市浚县人王智宽边热身边激动地说。连续参加了8次郑开马拉松的王智宽不服老的精神和坚强的意志,被人称为“体育狂人”。
郑州晚报记者 张竞晔

视障人士体验马拉松

在郑东新区CBD参加小马拉松的3万多人中,一群特殊的少年特别引人注目:他们是共青团省委助残“阳光行动”特意邀请来的20名视障青少年,在20名志愿者一对一的帮助下,这些特殊的运动员圆满完成了5公里的距离,并收获了满满的快乐。
5公里小马拉松的赛场上,还有

一个特殊方阵吸引了众多媒体和观众的围观:在5只导盲犬和志愿者的帮助下,李伟、张善、段银朋等10名郑州市盲人选手顺利完成了比赛。

郑州市爱心导盲犬中心负责人关骥介绍,“今年共有10名盲人选手在5只导盲犬引领下参赛,比赛中还有志愿者进行全程陪伴讲解,使参赛的视障选手走出封闭的空间,充分感受到社会的温暖。”
郑州晚报记者 冉小平 吴淑娟

我劳动,我快乐

有垃圾请给我,晚报小记者提着垃圾袋走小马

“废纸,废纸是谁的?”“我捡到一个空饮料瓶。”“我的,我的……”
郑开马拉松小马现场,有一群“奇怪”的孩子,他们胸前背后贴着红、绿、蓝、黑4种标贴,手里拿着黑色塑料袋,眼睛不向前看路,反而专门低着头走,他们相互吆喝着,还在路上走着S型……



本次小马有亲子马拉松,而晚报小记者们则组成了唯一一队亲子环保志愿者!

去年的小马结束后出现这样一则新闻,“郑开马拉松赛后,垃圾遍地”,有数据显示,当日赛场共清理出12吨垃圾。

如何能让今年的马拉松现场只

有快乐运动,没有一地垃圾呢?

2月8日,在得知绿色中原招募马拉松环保志愿者的消息后,晚报小记者果断组团报名,32个家庭,分8组加入。

郑州晚报记者 张柳/文 周甬/图

■专访

三届残奥会冠军

残奥会形象大使侯斌参加郑开马拉松和跑友分享人生感悟

用马拉松精神面对生活



侯斌,9岁就失去了一条腿,在“马拉松”的征程中,他没有任何天然优势可言,但凭借不懈的努力,他收获了属于自己的辉煌。

从残疾儿童到运动健将

1975年,侯斌降生在黑龙江省佳木斯市的一个普通家庭,9岁之前,他和很多同龄孩子一样有着快乐的童年。但1984年,一场意外成了他的人生拐点:一辆飞驰而过的火车夺走了他的左腿。至今他都记得小时候人们看着他时同情和惋惜的表情。

意外夺走的不只是一条腿,还有参加体育运动的机会。但是从运动中所获得的乐趣促使他认真思考了自己的未来并做出决定。骑一个多小时的自行车,跑到佳木斯当地最大的体校跟一位田径教练软磨硬泡,硬要当运动员。最后侯斌练起了跳高!

1996年,经过层层选拔,21岁的侯斌得以进入国家队,获得了参加亚特兰大奥运会的资格,由此他的曲折人生有了一个辉煌的起点。

从残奥冠军到残奥大使

在亚特兰大,侯斌以1.92米的成绩登上冠军领奖台,并打破运动会纪录。此后,他又接连在悉尼、雅典夺冠,实现了残奥会的“三连冠”。

侯斌为更多人所熟悉,还是在在北京残奥会的开幕式上,他坐在轮椅上,双手勒着绳索,一步步把自己升到39米的高度,然后用手中的“祥云”点燃了奥运主火炬,那一刻,满场欢呼,全世界为之感动。

在那一年年初,侯斌从国际残奥会主席克雷文先生手中接过聘书,成为第一个残奥会形象大使。

从跑马拉松到精神传播

昨天,侯斌戴着假肢完成了他的第一次郑开马拉松之旅。在此之前,他已经参加过厦门和太原马拉松,这一次是作为EMBA联盟的一员来郑州参赛。他参加的是郑开马拉松首次设立的10公里项目。侯斌说:“对我来讲,能跑多少公里,能取得什么样的成绩,并不重要,重要的是能够让更多人了解这项运动,了解马拉松精神,并亲身参与到这项运动中来。”

2008年奥运会之后,他将更多的精力放到了公益演讲上,希望能让更多人了解自己的经历,分享自己的感悟,从而用积极的态度去面对人生中的困难。而马拉松,和自己所倡导的精神有着高度的契合。

“人生就是一次马拉松,考验着人的耐力和意志,也更能判定一个人在困难时刻退缩还是前行,在进退两难的十字路口,抓住机遇顽强前行你就是强者,就有成功可能。”侯斌说。

昨天赛后,侯斌还为郑州的跑友做了一场演讲,分享自己的人生经历和感悟,而这只是他近年来在全球1500场演讲中的一场。“即便退役了,我对梦想的追逐并没有停止,对自己的工作标准并没有降低。我想用自己的经历告诉更多人:梦想无止境。”

侯斌希望能有更多的奥运会冠军、残奥会冠军加入到巡讲队伍中来,从而去影响更多人。而他的另外一项事业则是和厦门大学共同发起的“站起来计划”,通过“站起来基金”去为在汶川、雅安地震等灾难中致残的人安装假肢。“这个项目我会一直坚持去做,不是要做多大规模,而是一定要支持,去不断回馈社会,帮助更多人。”
郑州晚报首席记者 郭韬略