



上海国际马拉松比赛倒计时 特别报道
奔跑的城市 市民的节日

参加马拉松不再是神话

——上海大华长跑队的成长故事



■ 马拉松赛正受到越来越多长跑爱好者的喜爱,其中就有大华长跑队的身影

本报记者 周国强 摄

马拉松火了,大华长跑队是最直接的见证者。这个最初只是两三个长跑爱好者自娱自乐的小天地,如今成了两百来位长跑者的乐园。

“这两年,陆陆续续有不少长跑爱好者找来,想加入我们长跑队。要一下子扩充太多人,也没那么多精力,只好婉言谢绝。我们首先要保证大华长跑队现有的这些队员能在这个大家庭里开心、安心跑步。他们几乎都能跑半马和全马,有的一年甚至可以跑几个马拉松。”昨天下午,大华长跑队创始人蒋守刚谈起自己甜蜜的烦恼,一脸幸福。

20年前,大华地区真正称得上跑过马拉松的只有李海云一人。那会儿,跑步氛围也不像今天这么浓厚。2002年,大华公园对外开放,健步的人不少,但真正跑步的也就两三个。平时,这几个人最喜欢做的一件事是听李海云讲马拉松故事。几年时间里,李海云的故事你传我,我传你,公园里跑步的氛围开始形成气候。3年后,4位常跑步的居民相约去跑杭州马拉松。结果,徐美丽半程拿到第五名,这对大华

地区的马拉松发展触动不小。看着跑步的人气越来越旺,一年后,蒋守刚和几个长跑爱好者一起组建了大华长跑队。

罗马不是一天建成的。从半程过渡到全程马拉松跑谈何容易。最初的日子,全马对于长跑队里绝大多数队员来说,只是梦中才能出现的场景。

边训练边摸索,建队两年后的北京国际马拉松赛,大华长跑队去了二十几个“壮士”征战全程马

松。发令枪响后,队员个个在规定的5小时内跑完了42.195公里的距离。从此,参加马拉松在大华长跑队不再是神话。

近几年,大华长跑队很多队员一起征服了海拔3760米的西藏马拉松赛。“后来,我们统计了一下,去跑西藏马拉松的队员平均年龄58岁。”队员孙继昆参加了黔东南百公里超长马拉松赛,队员黄德还专门去希腊参加了纪念马拉松2500周年的马拉松赛,他们的足迹

已经开始遍布世界。

值得一提的是,2010年,长跑队打算去台湾参加马拉松。“因为当时还没有开放自由行,所以最初组委会谢绝了长跑队的请求。”为此,蒋守刚专门写信给台北市市长郝龙斌。最终得到答复:欢迎上海的长跑爱好者来台北。那次,35位大华长跑队的队员一起去了祖国宝岛,还有一名队员在70岁以上半程组跑出第五名的佳绩。

今年5月,辽宁全运会马拉松赛期间,蒋守刚带着队员乘火车,坐36个小时的硬座赶去参赛。“能参加这么高规格的比赛,和很多专业选手在一起跑步,我们心满意足。”蒋守刚说,尽管路途辛苦,但跑到终点的时候,所有的舟车劳顿,都是值得的。这,就是马拉松的魅力。

上海国际马拉松12月1日发枪。赛前,队员们摩拳擦掌,精心做着各种准备。蒙牛集团出资赞助了大华长跑队。“这是我们建队以来,收到的第一笔赞助。我们会用这笔费用,帮助更多队员。”

本报记者 钟喆



■ 参赛者的奇装异服也成为马拉松赛的一道风景 本报记者 周国强 摄



■ 大华长跑队员孟君华(中)、钱耀祖(左)、孙继昆参加黔东南百公里超长马拉松赛后合影 图 TP

记者手记

小本子

蒋守刚有个小本子,估计还是工作时留下来的工作手册。里面密密麻麻写着很多字,包括队员的电话号码,活动时的经费分配,甚至还有哪个队员何年何月何日在哪里跑出什么成绩。最细的是,本子上居然还记着队员比赛时用的号码簿是多少,清清楚楚。老蒋说,像这样的本子,他家里有很多,昨天只带来其中一本。

大华长跑队队员都知道一个口号,“重在健康、重在参与、重在提高”,这是建队后分别对长跑队老、中、青三代跑步者提出的不同目标。

这些年,长跑队的工作越来越多,老蒋有些忙不过来,还找了几个帮手,大家都不计报酬,热心为队友服务。本子上记录的只是一部分内容,没记录的不胜枚举。

比如,前阵子,一位从江西来上海务工的队友生病了,家人不在身边,队友第一时间把他送到医院,先是垫付了5000元的入院费,后来因病要开刀,队友二话没说又掏5万手术款。入院的日子,老蒋组织队友24小时轮番陪护。这一陪就是一个多礼拜,病人家属从外地赶来,见到此情此景无不动容。一个异乡客,因为长跑,和一帮可爱的上海跑者结缘,你能说,这不是人生一大幸事吗?

钟喆



扫一扫添加新民体育微信公众账号

基德少根基 篮网成烂网

重金“织网”成绩却暂列东部倒数第二

是否还记得NBA最贵球队的夺冠宣言?新赛季伊始,俄罗斯金融寡头普罗霍洛夫掷下1.93亿美元打造的“银河战舰”篮网队,以3胜8负的战绩暂列东部倒数第二。退后9天就成为主教练的基德,帅位摇摇欲坠。ESPN篮球专家大卫·索普毫不留情指出,基德是NBA最差的教练,他还很长的路要走。

好球员不一定是好教练,两者之间不能划等号。基德曾两次带领篮网队杀入NBA总决赛,两夺奥运会男篮金牌。但现在,倒基的呼声,正越来越高。

基德创下了NBA角色转换最快的主教练历史。不过,根据一位匿名球探的观察,暂停时,基德根本就不干什么实质性的事,“约翰·韦尔奇在布置进攻,弗兰克负责防守,我不知道基德干了什么。”这名匿名球探说道。再来看看电视转播镜头,果然,基德很多时候像个助教,只是站在一边给球员打打气而已,不画战术板,不布置进攻和防守战术。基德也诚恳表示,愿意承担所有批评。但,态度不能解决根本问题。篮

网应该炒掉基德吗?他还有3年多的合同,但违约金对俄罗斯寡头普罗霍洛夫而言不是问题,赋闲在家的名帅还不少,换掉基德是分分钟的事。越来越多的业内人士认为,基德或许成为新赛季第一个被解雇的教练。

然而,基德恰恰是普罗霍洛夫一手钦点的,“我一直在寻找不同于传统的教练,我们需要一个意志坚韧的教练,基德就是这样的人,他身上有我们需要的宝贵品质。”普罗霍洛夫说。总经理比利·金也支持基德,“他的确还在学,但总有一天,他对比赛的感觉会显现出来。我知道这一切需要时间。”目前看来,更衣室也对基德保持信任。球队一直在输球,即便是加内特、

皮尔斯这样的老将,在败局已定的情况下,也还是在玩命。当初,正是基德说服了加内特和皮尔斯,才使得普罗霍洛夫得以打造这艘银河战舰,在NBA,没有哪个教练能像基德有这样的号召力。

上赛季,“豪华版”湖人最终黯然收场;本赛季,篮网几乎就是湖人的翻版。一掷千金“砸”出个令人咋舌的全明星阵容,但同样,战绩与投入不成正比。

作为球员,基德是无可争议的大师,但教练基德,显然是个菜鸟。重金织网的普罗霍洛夫,目标是夺冠,而不是让篮网成为“烂网”,那么,他给基德还会留下多少实习时间呢? 本报记者 陶邢莹



■ 篮网一路下滑的战绩,让基德明白好球员不一定是好教练 图 CFP

收视指南

上视五星体育频道今天 19时30分将转播 CBA 青岛与上海比赛实况。

央视五套明天 11时30分将转播 NBA 勇士与湖人比赛实况。