

在丽马两次获得本地女子组第一名,上周刚获得无锡马拉松半程冠军

龙泉姑娘杨子叶: 想在家乡赛道上刷新个人最好成绩

阅读提示

21.0975公里,用时1小时20分钟20秒,21岁的龙泉姑娘杨子叶在上周日举办的2019无锡马拉松中拿到了半程冠军。在本周日举行的丽水超马比赛中,她将继续挑战半程项目,希望在家乡赛道“刷新个人最好成绩”。

□ 记者 刘焯恒 通讯员 王晓伟

刚刚过去的周日,中国田径协会金牌赛事、2019无锡马拉松在无锡的樱花雨中鸣枪开跑。龙泉姑娘杨子叶以个人最好成绩1小时20分钟20秒,拿到了无锡马拉松女子半程冠军。

一个周末参加两场马拉松 勇夺无锡马拉松半程冠军

“在无锡马拉松这种规格的赛事上拿到半程冠军,还是很激动的!”昨天,当记者联系上杨子叶时,她的语气中仍难掩喜悦。

创办于2014年的无锡国际马拉松赛,在马拉松圈内有着较大的影响力。“参加这次比赛的高手很多,跑步时,我尽量让自己跟上她们的节奏。”站在高规格、竞争激烈的无锡马拉松赛场上,杨子叶并没有胆怯,跟随着高手们的步伐,她迸发出了巨大的能量。

让人惊讶的是,杨子叶拿到冠军前一天,她还在北京跑了一个半马。“我在北京跑完后乘高铁到无锡,晚上9点才领到无锡马拉松的号码牌和参赛物品。”

一个周末参加两场马拉松,这在常人看来,简直是一个近乎疯狂的决定。“其实,许多跑马高手都尝试过周末两天参加两场赛事。”杨子叶告诉记者,进入大学后,出于对马拉松的热爱,她每周都会跟着马拉松爱好者们进行长距离的训练。因此,她也想通过这样的比赛方式,挑战自己的体能。

“试了以后才知道,实在是太累了。”杨子叶说,比赛当天,由于头天刚跑了半马,全身肌肉都十分酸痛,比赛中更是感觉到疲劳,“经过赛道旁的一个湖,差点都被大风吹倒了。”

不过杨子叶还是坚持了下来,甚至跑出了个人最好成绩。

在丽马第一次接触“马拉松” 跑马让她享受纯粹的快乐

今年21岁的杨子叶,是华北电力大学公共事业管理专业的大二学生。“小时候我特别调皮,喜欢整天到处乱跑,后来就被拉到赛场上去跑步了。”这位龙泉姑娘,打小就和跑步有着特别的缘分。

杨子叶出生在龙泉市八都镇。从小学开始,杨子叶就在龙泉市中小学运动会上崭露头角,多次获得800米、1500米冠军,还破了当年的不少龙泉市中小学的纪录。杨子叶高中就读于缙云中学,在全市中学生田径运动会上,也取得了800米冠军、1500米冠军、3000米冠军等不少好成绩。

“第一次接触到马拉松,还是在高二时参加的丽水半程马拉松。”2016年,杨子叶报名参加了当年的丽水半程马拉松赛事。平时一直训练800米和1500米项目,最长只跑过12公里的她,却报名参加了半马组别。

“训练时从来没有跑过这么长距离,不过我有自己的习惯,就算再累,跑得再慢,也不会在途中停下来。”杨子叶坦言,首次长距离的半马让她有些紧张,跑步时的身体也不在最佳状态。但凭着意志力,第一次参加马拉松赛事的她,顺利完成了比赛,取得了不错的成绩。

此后,杨子叶爱上了马拉松这项运动。在之后举行的两届丽水半马比赛中,不论是时间紧迫的高三,还是在遥远的北京求学,杨子叶都没有错过,而且连续获得了丽水籍选手女子组第一名的好成绩。

“在田径场上,因为有取得比赛成绩的压力,我总是有些紧张。可是只要跑上马拉松赛道,这些压力就仿佛消失了,只需要去享受纯粹的跑步乐趣。”马拉松成了杨子叶放松的方式。

她想在家乡赛道 刷新个人最好成绩

“北京周边的马拉松赛事总是特别多,能够通过参加比赛出去见识一下,让我感到很开心。”来到北京后,杨子叶有了更多参加马拉松比赛的机会。

日照国际马拉松、衢州马拉松、杭州马拉松……2018年,杨子叶尽情地跑了个遍,她还在杭州马拉松上完成了自己的第一个“全马”。

“之前一直都在跑半马,在杭州马拉松上就想挑战一下。”多出了一倍的赛程,让杨子叶觉得“很折磨”,尤其是杭州马拉松赛道后半程几乎全是大坡、长坡。不过,这并没有难倒意志顽强的龙泉姑娘,杨子叶还是完成了赛前的“破3”目标,以2小时59分顺利跑完了全程。

“参加了这么多马拉松赛事,我最喜欢的还是我们丽水的马拉松。”杨子叶说,丽水将举办全国首场城市50公里超级马拉松赛事,她自然不想错过。不过,因为5月还要参加专业比赛,这次她选择了半马项目。“没关系,我明年再回来跑超马。”杨子叶说。

得知此次丽水超马有了“最美赛道”,这让杨子叶充满期待:“我已经迫不及待想在新赛道上跑一跑了,想在家乡刷新个人最好成绩!”

杨子叶的微信头像,是她和男子马拉松世界纪录保持者基普乔格的合影。杨子叶说,基普乔格是她的偶像:“基普乔格绝不仅仅只是依靠自己的天赋,平时生活中的严格自律和训练场上的刻苦付出,才是他取得成功的关键。”这位意志力坚定的龙泉姑娘,正努力向着目标一步步前进。



给跑友们一个“家”,助力马拉松及跑步运动蓬勃发展

丽水市马拉松及路跑协会昨日成立

□ 记者 刘焯恒 通讯员 肖冬丽

本报讯 本周日,2019丽水超级马拉松即将开跑。为了让跑友们参与到马拉松运动中,让马拉松在丽水蓬勃发展,昨天下午,丽水市马拉松及路跑协会正式成立。

据介绍,从上世纪80年代以来,马拉松运动就在我市蓬勃发展。在昨天的成立大会上,协会全体会员审议通过了《丽水市马拉松及路跑协会章程》,选举产生了协会第一届委

员会理事。

“有了协会以后,我们跑马更有凝聚力了。”在银行工作的跑友许健伟成为了协会的会员,“以前我喜欢爬山,为了参加首届丽马才开始跑步。”从那以后,许健伟一发而不可收,又陆续参加了杭州、衢州、绍兴等不少省内马拉松赛事,“现在我每个月都要跑400公里呢。”许健伟说。

“协会的成立,是为了让丽水广大跑友有自己的家,有自己的组织。”新当选的丽水市

马拉松及路跑协会会长周伟胜告诉记者,协会将联合各县(市、区)的多支跑团,为跑友们提供有关马拉松等跑步赛事的信息,让广大跑友来参与、关注丽水超马,更加热情地参与到这项运动中来。

据介绍,协会未来还会邀请业界专业人员及机构,组织或承办专业性的跑步赛事,提供裁判培训、医疗培训等赛事支持服务。