

你要翻越的是心中的那座山



2012年,他42岁,开始跑步。

2016年,他46岁,获得了100公里越野赛的亚军。

这场比赛不眠不休进行了18个小时,强度相当于10个马拉松。

这个他就是永康人,吕文杰。

那场比赛的冠军也是个永康人,43岁的杨历丰。

那场比赛还有一个永康女子,她耗时一天一夜又4小时,坚持跑到终点,获得女子组第10。

近几年,永康的城乡掀起了跑步热,甚至可以说是马拉松热。

马拉松运动的火爆,恰好反映了永城人民生活水平的提高、健康意识的提高,也彰显了挑战自我,不断超越的运动精神。马拉松不仅仅是一种运动,更能折射出生活状态、精神面貌和幸福指数。

吕文杰42多岁才开始跑步,仅仅4年时间就能跑完全马。这种人生的自我超越恐怕是他自己也始料不及的。其实你远远比自己能想到的更强大,你要翻越的是你心中的那座山。

那就让我们跑起来吧。我们现在虽然能跑,但是数据表明还有比我们更能跑的。数据显示,2014年,中国能够完成全程马拉松赛的人数大约7-8万,美国2013年的完赛人数是55万。世界最古老的美国波士顿马拉松赛已经有120年的历史。

那就让我们跑起来吧。永康地处浙中丘陵,论山地条件我们其实一点都不比杭州差。论爬山水平,君不见永城大小山岚,都活跃着大小健身者的身影。

借着杨历丰、吕文杰包揽冠亚军的东风,如果我们永康也举办这样一场山地越野挑战赛,或者是城市毅行大会,你会不会来参加呢?

欢迎就此发表看法,你可以关注永康一周微信号,在后台畅所欲言,欢迎提出建设性意见。如果你有志于普及或者推广跑步运动,也可以联系我们,或许我们能一起来打造一场发生在永康的乐跑盛事。志同道合者请添加微信号lazio241010吧。

□本版文字 应玲菲
施美园

壹周热映



小李子22年拼搏修正果

推荐电影 :《荒野猎人》

推荐指数 :★★★★★

推荐理由 :6次入围,22年等待……小李子(莱昂纳多·迪卡普里奥)终于凭此片拿到奥斯卡最佳男主角。当然,除了小李子是你进电影院观看的理由外,影片故事情节也同样吸引人:讲述的是19世纪初一名皮草猎人被熊所伤并被其他猎人抢走财物抛弃荒野,猎人经历痛苦奇迹存活后开始复仇的故事。伊纳里多的独特视角,卢贝兹基的绝美摄影,小李的拼死表演,每个方面都是这么“用力”,绝对是值得一看的视觉盛宴。

壹发现就分享



女‘网红’身家被估3个亿

近日,罗辑思维和真格基金等机构投资‘papi酱’的事刷爆了整个朋友圈。这个2016年第一网红‘papi酱’,不仅获得了1200万融资,还被估值3个亿的消息引发业界热议。

“Papi酱”是中央戏剧学院导演系的学生,自称“一个集美貌与才华于一身的女子”。2015年8月开始,她开始在网上上传原创视频,内容主要是对日常生活的方方面面进行吐槽。“为什么你送的礼物女友总是不喜欢”“为什么女孩儿要逛街”……“papi”酱时不时在微博、微信公号上就这些话题“甩段子”,表情夸张、语气诙谐。由于内容搞笑、贴近生活,不到半年时间,她迅速在网络蹿红微信公号的浏览量几乎每篇都是“10万+”,微博粉丝超过800万。她在爱奇艺上有700多万的订阅,2016的视频点击量几乎都在300万以上。在大部分人看来,“papi酱”的成功是以内容和技术取胜的。

如今,“papi酱”的成功让大众看到了另一种可能:她不像网店店主那样时尚美艳,卖的不是货而是自己的内容和创意。因此,“papi酱”的广告“不是卖货”也让网友们感到新鲜,“papi酱”的价值是那些靠秀锥子脸秀超模腿吸引粉丝然后变现的所谓网红不能相提并论的。