



因热爱跑步而聚合一起 聚合一起汲取团队力量 有一种快乐叫 警跑团



有这样一批人,他们热爱奔跑,用脚步丈量生活,快乐、健康地跑步是他们的目标,他们的队伍从最初寥寥几个人发展到上百人。他们就是市公安局长跑兴趣小组,在过去的一年多时间里,他们已经组队参加了8次马拉松比赛。

组建兴趣小组,大家一起跑更能坚持下去

有过跑步经验的人都知道,最难的并不是身体上的累,而是如何坚持下去。我们组织这个长跑兴趣小组的初衷就是和大家一起跑步,这样大家可以相互鼓励,更好地坚持下去。组长王伟峰说,长跑兴趣小组成立于2016年3月,成立的时间不长,现在已经有100多位成员,大家组队参加了8次马拉松比赛。

说起这个兴趣小组成立的原因,还要从老民警夏双安说起。2014年,夏双安动了一次小手术,这次手术让他意识到了健康的重要性,从那以后他开始坚持跑步。一年过去了,夏双安从一个油腻的中年男子变成了精干阳光的样子,精神焕发,身体也变得越来越好。长跑给老夏带来的变化大家都看在眼里,王伟峰因此萌发了在单位成立长跑兴趣小组的想法。

大家相互鼓励,警跑团就像一个大家庭

我加入警跑团一年多了,从最开始环千岛湖10公里跑,到后来跑全马,团队就像一家人,大家带着我慢慢进步。队员吕竹宇说,自从加入警跑团,她就将这个团队当做自己业余活动的归属,每次组织约跑,只要有时间,她一定会参加。

因为我们工作的特殊性,常常会有同事值班或是出差,不能像其他跑团那样每周定期组织活动,但我们每个团员都会定期打卡。程珍说。

王晋昊是今年8月加入警队的新民警,今年11月18日,警跑团组队参加金华马拉松。而王晋昊前

比赛不仅仅为了成绩,在奔跑中享受快乐

以前觉得单调重复的跑步十分无聊,可加入警跑团后,跟着大家一起跑,我觉得非常开心充实,每天跑步打卡是对自己的坚持,也是积极向上对生活的一种追求。吕竹宇说,12月10日,我市举办马拉松比赛,警跑团的成员承担了赛道流动安全官的护跑任务,一路上,大家相随守护,跟数千跑者一同奔跑。在这场比赛上,我也顺利完赛,同时还创造了我个人的最好成绩,这都是集体赋予我的力量。吕竹宇说。

组长王伟峰说:我们团队由一群志同道合的人组合在一起,随着我们活动越来越多,我们也会将健康、快乐带给了身边人,吸引了越来越多的人

2016年3月,长跑兴趣小组成立,加入组织后就能约跑,大家一起跑比较快乐,比一个人孤独地跑感觉要好很多。因为我们小组里的成员都是警察,所以我们这个团体也叫作警跑团。王伟峰说,大家在一起还可以交流很多内容,比如有关跑步的心得和科学知识,这样可以让大家更科学地跑步。这两年在永康,喜欢跑步的人越来越多,有一个团队作支撑,大家相互交流学习,跑步的技巧也能变得更加专业。

警跑团成立之初,大家顶多跑跑三公里或五公里。半程马拉松跑21公里,这在程珍看来是不可想象的。我没参加跑马时,听到有人去跑21公里,还觉得他们不可思议,没想到现在我也成了自己说过的傻子。程珍笑着说,从去年3月警跑团组织大家去横店参加马拉松比赛后,她就爱上了这项运动。

一天晚上加班工作到凌晨,无法去金华参加马拉松。但在比赛当天,王晋昊依然早上8点起来,在永康跑了一个半马的距离。

民警唐兵两个月前刚当上二孩的爸爸,因为工作和家庭的原因,唐兵最初想放弃12月举行的永康马拉松比赛,但想到这次比赛是家乡第一次举办马拉松,一番纠结后,他还是决定参加比赛。我要将这次马拉松比赛的成绩卡送给我的孩子,希望他们未来能健康快乐。比赛当天,唐兵的家人把孩子带到了现场,见证了他的比赛。

加入我们的团队,和大家一起奔跑,是一种享受。

去年的磐安马拉松比赛中,下起了大雨,警跑团的队员们都没有退缩,风雨无阻地奔跑着。跑了10公里后,几名队员发现路边有个小伙子蹲在地上,大家上前询问,发现他是第一次参加马拉松,没有经验,跑得过猛导致脚抽筋。于是,警跑团的几名成员都停下了自己的脚步,陪着这位受伤的运动员一起拉伸,一起做准备活动,最后陪着他慢慢跑完了剩下的11公里。比赛不单纯是为了成绩,友谊第一、比赛第二,跑步本身是快乐的,能在这个过程中帮到其他人,我们更觉得快乐。程珍说。

微心愿

大家因为共同的爱好成立长跑兴趣小组,在团队里互相鼓励,一起快乐奔跑。希望大家能一直这样跑下去。

王伟峰

很庆幸自己加入这个团队,生活变得十分充实,能快乐奔跑实在是一件幸运的事。

吕竹宇

马拉松是一项快乐、健康、阳光的运动,希望我们都不忘初心,继续奔跑,将健康、快乐传递给身边的每一个人。

池联照

快乐奔跑,团聚能量,这是一个充满正能量的团队,我们因为跑步而聚在一起,为了快乐而奔跑。

程英子

记者 陈凯璐 施夏琦



我的 永马 故事

YONGKANG
MARATHON
永康马拉松

