

5天4夜,他们从东莞跑回来阳

全程500多公里,耒阳两位“超级跑男”用双脚丈量回家路



被磨坏的鞋



顺利抵达耒阳市

■通讯员 袁成龙 蒋境
本报记者 周琪

2020年春运开启大幕,一场名为“回家”的年度“大迁徙”正式拉开帷幕。相信这个时候,不少人归心似箭,踏出的每一步都是家的方向。

随着飞机、高铁、高速公路等便利的交通方式越来越普及,运输能力变化、服务质量变化让万千旅客回家的路变得越来越简单,但也有人选择了特殊的方式“回家”。

希望更多人通过马拉松了解耒阳

说起长跑,50岁的杨海松坦诚地说,起初是为锻炼,之后便渐渐爱上了长跑不受场地、天气约束的自由感受。有了第一次长跑体验之后,杨海松就一发不可收。每天上下班都选择跑步,沉浸在跑步的乐趣中。从2017年开始,杨海松与雷志明就开始参加各类马拉松比赛,自此也建立起了牢不可破的“跑友”情谊。

记者了解到,早在2015年,雷志明完成自行车从东莞骑行到耒阳的挑战后,他对长距离的运动越发痴迷,2017年,雷志明萌发了跑步“回家”的想法。他算了一下,从东莞到耒阳全程距离大约500多公里,对于即将“奔四”的他来说已经是在挑战身体的极限了,后来因为某些原因,这个计划也暂时搁浅了。

2019年9月,耒阳市马拉松协会成立,雷志明被推选为协会会长,被搁浅两年的“超级马拉松”计划又慢慢

近日,耒阳的两位“超级跑男”的壮举刷爆了当地朋友圈:从东莞市石排镇到耒阳市体育运动中心,全程500多公里,历时5天4夜,他们用双脚丈量了回家的路。

“就是想挑战下自己,现在真的成功了,感觉特别有成就感。”1月9日,面对记者的采访,耒阳市马拉松协会会长雷志明激动地说道,与之一路陪伴的还有该市武术协会的杨海松,正是两人相互之间的鼓励和坚持,最终一起完成了这次“超级马拉松”。

地在他心中重新点燃。“想做个表率,让更多的人通过马拉松了解耒阳,了解我们,加入我们。同时也是想看看自己的极限在哪,挑战自己的潜能。”雷志明告诉记者说。随即,雷志明联系上了在东莞从事健身训练的杨海松,将自己的计划告诉了他,两人一拍即合,按照计划,开始准备。

1月3日早上7点30分左右,两人换上长跑装备,背上装有换洗衣物、水、药品及基本补给品的越野包来到了此次跨省马拉松的起点——东莞市石排镇人民政府准备出发。在得知雷志明、杨海松将挑战此次“超级马拉松”的消息后,数十名跑友也早早来到起点,拉着横幅为他们加油打气。热身结束后,他们就与部分陪跑跑友开跑。跑友们的热情给了他们极大的支持,在跑了约几十公里后,两人告别了跑友,正式踏上了这条“回家”的路。

在协会的群里,跑友们纷纷给他们加油,大家的鼓励是支撑着他们跑完全程的动力。

1月7日下午2时许,杨海松、雷志明在107国道与前来迎接的10余位耒阳市马拉松协会跑友会合,沿着107国道、五一中路跑向终点,最终在下午3时许抵达终点——耒阳市体育运动中心。耒阳市文化旅游广电体育局联合该市马拉松协会、武术协会举行了一场别开生面的欢迎会,迎接两位运动达人顺利完成挑战从东莞到耒阳的“超级马拉松”壮举。

在说起一路上的故事时,雷志明还跟记者分享了一个感人的片段。1月3日下午3点30分左右,两人在广州从化区经过S256省道8公里处时,看见有人骑摩托车被大车撞了,一个20多岁的年轻人被撞得满身是血,躺在地上没人管,他们马上停下脚步,及时拨打了120,并发送了准确位置,一直等到年轻人被送上救护车才继续上路。雷志明说:“当时也没多想,救人要紧,这一路上我们也得到了别人的帮助,当看到有人需要帮助时,我们也应该伸出援手帮助一下。”



饭店老板说来他这有骑车的、拖板车的,像你们这样跑步的还是第一次见到



途中不时有跑友陪跑



与耒阳跑友会合



耒阳跑友欢迎两人完成挑战



累了路边休息一会



进入衡阳市区

“大家的鼓励使我们坚持了下来”

“沿路奔跑,感觉自己跑过的都是风景,我们一边奔跑,一边拿出手机拍照,一路下来,我手机里多了上千张照片。”雷志明兴奋地告诉记者,他们每到一个地方,都要拍一些有特色的景点。他们基本在国道上奔跑,由于路况很好,每天都能按计划跑完120公里。沿途一些城市的跑友知道后,都会陪我们跑上一程,还有不少路人竖着大拇指,为我们点赞。“真的太高兴了,跑在路上,时不时有跑友加入,有的路人也跟着跑,给我们递水递补给品,心情特别激动。”

“我们想过放弃,但既然已经决定了,还是咬着牙继续跑完吧。”杨海松回忆,1月4日早上10点吃过早餐后,继续开始“回家”之路,可由于导航路线规划错误,跑进了山里,前不着村后不着店,又冷又饿的他们有想过放弃,但又觉得,这也正是考验他们的时候到了,于是两人咬着牙,饿着肚子跑了几十公里,直到下午6点多才找到一家饭店。此外,家人与其他跑友的支持也给了他们很大的鼓励。杨海松随身携带的手机不时有家人慰问的电话打进来,他们也每隔一段时间就会拍一些视频和照片发