



编者按

5月18日,雪野湖“桃花源杯”2014中国·雪野首届自行车环湖赛将在美丽的雪野湖畔拉开序幕,此次比赛是由本报联合莱芜市体育局、市旅游局、雪野旅游区管委会共同主办、美利达自行车(中国)有限公司协办的,旨在通过大众参与比赛的形式倡导绿色低碳出行理念。自招募启事发布以来,吸引了众多莱芜周边城市甚至省外的自行车爱好者报名参赛。在这些报名参赛的选手和团体中,有许多人因为骑行收获了健康的生活理念、收获了一群志同道合的朋友、收获了难得的好心情。从今天起,本报将持续报道本次比赛的部分参赛选手和团体,也许你能从他们的故事中发现他们为什么这么爱骑行。

骑行族白领:

# 环保低碳又健身,何乐而不为?

本报5月5日讯(记者 郭延冉)“听说下周有个环湖骑行赛,我报名参加!”5日,山地车骑行爱好者小金拨打本报热线报名参加雪野湖“桃花源杯”首届自行车环湖赛。

小金是一名机关单位工作人员,去年研究生毕业回家先买上了一辆山地车。“从去年11月份开始上班到现在,除了遇到恶劣天气或者时间紧急,都是坚持骑车上下班。一天来回要20多里路吧。”小金说,尽管公交车十分便利,骑车去上班要比坐车多花一倍的时间,但他还是选择了骑行上班。

“骑车上下班有半年的时间了,这个过程中,以往上班‘赶’时间的匆忙心态少了,而锻炼享受的心态多了。早起一会儿,从从容容地骑上车子,欣赏着城市大清早的美好风景,已经成了我现在的习惯。”

谈起坚持骑行上下班的原因,他告诉记者,一方面是刚参加工作,暂时没有足够的资金买车,另一方面坚持骑行可以减少碳排放,节能又环保,更重要的是骑行可以达到健身和愉悦身心的效果。“周围一些朋友花钱去办健身卡,却常常没时间去锻炼,而骑行本身也能达到一定的健身效果,既方便又省钱。”为了参加一些集体活动,小金加入了赢牟单车俱乐部,俱乐部有活动时就一起参加,骑车成了他周末外出游玩的“热身活动”。

“周末的集体活动,不仅增加了我的团队合作意识,也结识了很多朋友,特别是一些退休了还坚持骑车健身的大爷,他们积极的生活态度和乐观爽朗的性格对我也产生了潜移默化的影响,让我在面对生活和工作时,多了一份积极乐观,少

了一份消极埋怨。”小金说,骑行不单单让他达到了减肥健身的效果,也让他从中收获很多生活感悟。

除了跟随俱乐部行动,平时没活动的周末他也不闲着——带着相机去探索莱芜的老村庄。“在骑行过程中欣赏了沿途的风景,也让我加深了对家乡风土人情的了解。游玩时与当地的大爷大婶攀谈聊天,也听了不少故事呢。比如有一次去苍龙峡玩,得知那里建了元家祠,从看门大爷那里了解了很多元氏文化。”

虽然仅有半年多的山地车骑行经验,小金还是想通过本报给山地车运动入门者一些建议。“一定要买适合自己的山地车,根据自己的体重身高选择合适的尺寸。再就是最好加入车队,现在的骑行俱乐部都比较人性化,不强制买车,也



不收会费。”小金说,车队集体出行一般会有随行面包车,在中途供水和车辆故障紧急维修方面都有保障。此外,车上播放

的激昂乐曲也能帮助驱散骑行中的疲乏,队友之间互相激励,比自己一个人出行更有前行的动力。

## 90后少年单车骑行川藏线

骑行日记记录追梦旅程

本报记者 陈静

秦光鑫是一位90后的阳光男孩,他有一个梦想——骑着自己的山地车去征服川藏线,用车轮丈量他梦想的道路。2013年夏天为了完成自己的梦想,22岁的秦光鑫骑着山地车踏上了梦中的318川藏线,一路上队友们相互帮助、相互鼓励,经过25天的风雨行程,他征服了川藏线。而这一次的追梦旅程他都通过图片和文字的形式记录了下来,他说:“骑车会在路上发现一些平时看不到的风景,我很享受骑行的乐趣。”



▲秦光鑫的骑行日记

一部电影唤起他对西藏的幻想

318川藏线,全长2142千米,是众多骑友魂牵梦萦的线路。318川藏线更是秦光鑫骑行的精神支柱,“如果我连川藏线都征服不了,怎么能主宰我的人生呢?”

看完《转山》这部电影以后,秦光鑫就爱上了318川藏线,他也曾想,有一天也能像电影里的主人公一样,与藏民同食一块糌粑,看到梅里雪山云雾中的幻美。“这部电影故事情节深深印在了我心中,我暗下决心:318川藏线上一定要有我的足迹。”

为了不给父母增加负担,秦光鑫利用寒假打工,购买了一辆属于自己的山地车。“我打工的钱肯定不够在路上的花销,但是能替父母分担一些,毕竟我已经成年了。”在泰安上学的他,为了锻炼身体,每次回莱芜都是骑车,“骑车会在路上发现一些平时看不到的风景,我很享受骑行的乐趣。”

秦光鑫的骑行梦,与父母的支持密不可分。他告诉记者,临行前父亲送他一部新相机,希望他将骑行梦都记录下来。

“痛苦”并快乐着的318川藏线

2013年7月14日,秦光鑫和他的二位骑友踏上了到成都的火车。骑行开始后,他的三人骑行队伍迅速扩大到了7人,有山东人、广东人、湖南人、新疆人,虽然他们来自不同的地方,但是他们都怀揣着同一个梦想。“是川藏线把我们连在了一起,在骑行的日子里我们不分彼此、相互鼓励。”

“邛崃”是征服318川藏线的第一站,虽然已经过去快一年的时间,但是讲到这个地方的时候,秦光鑫还是难掩兴奋,“这个地方我永远都忘不了,当时我的心情没法用语言来形容了。”骑行三天后,真正的困难来了,一路上坡使得他的体力有些不支,“这些都是在我预料之内的,路途虽然艰辛,但是我一直咬牙坚持。”

“踩单车踩不动就推,海拔5008米的东达山爬得绝望,山顶的大雪更是要封死前往左贡的路。”秦光鑫说,到达海拔5008米的地方开始下起了雪,这也是他始料未及的事情,这也为他的骑行增添了难度,“下坡的时候手冻得打哆嗦,

没法掌把,只能等手暖和过来了再走。”

虽然一路艰辛,但还算顺畅的旅程在通麦大桥被切断,记者在秦光鑫队友的日志里看到这样一则话,“拉萨一个向往的地方,曾经那么远,现在却近在咫尺。一路下来,有苦有泪有欢笑,塌方、逆风、冰雹、大雪,几千米的海拔都一路咬牙挺过,而今却让我们疯狂的通麦桥断,被迫停留在邦达,没看过72拐,没了这条路沿途的骑行,一切的一切都失去了意义,心在哭泣,却不愿就此结束,遗憾、泪奔……”秦光鑫说,起初听到桥断的消息他不相信,通过上网看新闻才了解到是真的,“当时我也有些沮丧,特别希望大桥能在两天内修好。”但现实往往就是这么残酷,两天后,他们的队长决定绕道317国道,“由于时间的原因,我们选择从邦达乘车绕道317到拉萨,虽然这次骑行梦到达邦达终止,但是我坚信总有一天我还会再来的。”

骑行日记

见证无悔的青春

骑行318川藏线的25天时间里,每到一个地方,他就会在

空间里发表一条说说,一句短短的感受、一张318川藏线上的图片。2013年8月虽然远去,但是他的说说却在诉说着,他那段不平凡的经历。

记者打开他的QQ空间看到,从7月14日离开莱芜到8月回到莱芜,他的QQ空间全程直播,除了骑行路上的场景,他表达的更多的是享受,而没有抱怨。“我希望通过这种方式,能让更多的人和我一起享受这种快乐。”说说中的表情代表着他的心理变化,有开心、窃喜、流泪、沮丧,但都掩盖不了他的一颗热爱骑行、追逐梦想的心。

一路上秦光鑫收集了20多个邮戳,在骑行的间隙他都会写一些随笔,有些是对骑行的感悟,有些是看到一些事有感而发。现在,秦光鑫正在整理骑行日记,他将用文字和图片来见证这段无悔的青春。

在秦光鑫的骑行随笔中有这样一段话,“只有走出去才能找到那些你期待已久的风景,那些风景一直在那个叫做远方的地方等你,将它们装进相机里,印到脑海里,并在某年某月的一天,偶然想起,如喝一杯好茶般芳香四溢,那就足矣。”

### 首届自行车环湖赛报名火热进行中

雪野湖“桃花源杯”2014中国·雪野首届自行车环湖赛比赛路线为桃花源项目部-环湖东路(顺时针)-莱明路-环湖西路-桃花源项目部,全程环雪野湖一周,共计25公里。本次比赛只面向业余山地自行车爱好者,分为男子精英组(16-35岁)、男子大众组(35-55岁)、女子组(16-50岁)三个组别。大赛为选手们准备了丰厚的现金和实物奖励,选手们在竞争奖励的同时,也是用实际行动倡导大家低碳绿色出行,享受环保健康生活。

目前,大赛报名正在火热进行中,长期从事体育锻炼、身体健康的自行车运动爱好者,可以个人报名,也可以以自行车协会(或俱乐部)为单位组队报名参赛。报名电话:0634-6380009。

声明

中国银行股份有限公司莱芜胜利路支行(保险兼业代理业务许可证)(机构编码:37120274098010400)丢失,声明作废。

莱芜市莱城区苗山镇固山村王加峰个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033190148,特此声明。

莱芜市莱城区苗山镇固山村孙庆来个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033190147,特此声明。

莱芜市莱城区苗山镇西见马村王子才个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033170070,特此声明。

莱芜市莱城区上庄镇西下游村韩继文个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033200056,特此声明。

莱芜市莱城区苗山镇西见马村王子怀个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033170077,特此声明。

莱芜市莱城区羊里镇孙王石村孙元朋个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033071312,特此声明。

莱芜市莱城区羊里镇址坊村玄继永个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033070828,特此声明。

莱芜市莱城区羊里镇址坊村玄继永、李秋兰个体工商户营业执照正本丢失,注册号:3712033070057,特此声明。