

老警察陪跑陈盆滨，热情粉丝形影相随

草根，从来都生长在一起

陈盆滨的汗水，洒遍了脚下这条面色晦暗的马路。近四个小时时间，他的身影在日光中捉摸不定，仿佛会在不经意间被高温突然蒸发掉。然而他又一次如约跑到了终点，这是他第69个连续的马拉松，地点在一个叫做新泰的陌生地方。

在这个地方，有些人愿意一路上跟着他流汗跑完。这让陈盆滨觉得，人在新泰，心态挺好。



结束第69个马拉松后，陈盆滨与纪中合影留念。(来自陈盆滨官网)

本报记者 李康宁

退休老警察的遗憾

跑进山东之后，陪陈盆滨跑的嘉宾，星味儿渐渐浓了些，像韩庚这样的俊脸抢走了陈盆滨许多风头。但9日大早，一切变得平常起来。一位身材不高的老人跟陈盆滨一起站在了起点之上。

他不大爱说话，但这并不代表内向。相反，这是一位相当有能耐的老警察。他叫纪中，生于济南，今年已经61岁了，退休前曾在公安系统工作过。几年之前他来泰安参加马拉松赛，与几位警察跑友相熟，成了队伍的旗手。之后，老人家跑出些名气，几年来他已经跑了六十几个全程马拉松了，去过悉尼、墨尔本和韩国。这次，他打算陪着陈盆滨一鼓作气跑完全程。

他跟陈盆滨比肩而立，尽力跑着。只可惜，到了半程之后，他才发现年龄的差距，训练水准的不同，单靠毅力和决心是弥补不了的。“其实如果让我跑，我也能完赛，但估计要比陈盆滨晚上半个多小时。那样会打乱他的节奏，我不能让他将就我，他还有三十多个马拉松要跑啊。”

纪中在终点线上跟陈盆滨拥抱告别，眼中带着些许不舍。四天之后，纪中还将赶到兰州参加马拉松赛，这是他今年的第10个。“只要还能迈动腿，我还是要跑的，我得向陈盆滨学习。”

粉丝当真不简单

新泰的名胜，有莲花山亦有青云湖，但这里有些人从不相信步步莲花或者青云直上。他们是跑者，沿着大街奔跑不停的人。

这是一群很“玩命”的跑迷，段位不低。也许，这跟新泰当地的运动习俗有关。这里的体育名人，除了王峰、毕文静等技巧项目名将，还有耐力好手。王银行、司天峰这些在50公里竞走项目中的佼佼者，给新泰马拉松爱好者注入了一股强大的自信心。

十几个人起了一大早，跟着陈盆滨到了起点。他们从一开始就做着热身，跟在陈盆滨和老纪身后，压住脚步紧紧跟随。太阳升高，他们之中有些人掉队，又有人从其他地方赶来，跟着陈盆滨跑。日光强烈，身体像吸饱了水的海绵，一动弹就汗水直冒，有人干脆打了赤膊，咬紧牙根迈出沉重的一步又一步。

大约32公里处，最后一位从

起点就跟着跑的跑迷停下了脚步。“我平时成绩还行，但今天太热，国道上路况又复杂，碰到红灯就得停下来。跑跑停停续不上劲儿，跟一般的马拉松赛还不一样，实在可惜了。”这位被人称作“老庄”的跑迷，眼里布满了血丝。“不跑咋知道陈盆滨不容易，一路69个，太不容易了。”

陈盆滨在终点，尽量满足了所有人的合影要求。他也贴心地劝告大家：“马拉松最重要的理念是健康，不是成绩。每一个参与马拉松运动的人，都是挑战自我的英雄，至于能达到什么程度，可因人而异的，千万别太介意。”

荒草本是一条根

无论是纪中，还是一起来跑的跑迷们，都很羡慕陈盆滨如今的成就。他们把陈盆滨奉为偶像，尽管陈盆滨自己还不大好意思。

老警察纪中的第一双跑鞋，只有百十块钱。伴随着他跑了二十个马拉松后，这双已经磨平了底的跑鞋总算完成了使命。“我也没什么技术指导，就是跑。跑到三十公里的时候，觉得自己就要累死了，但还得跑。因为前面

还有比我年龄大的，身体看上去不如我的，我不能落下。”纪中对于自己坚持跑步的理念，说得很实在。他坚持认为，花点钱在跑步上，比花钱去医院值得。

面对相同的问题，陈盆滨站得高一些，他觉得跑步可以改变一个人形象气质，甩掉颓废肥胖的形象。“健康是最大的财富，如果我们每个人都坚持跑步换来了健康，那么能给社会省下大笔钱，去帮助更多的人。”在成为跑步明星之后，他的思维从考虑自身，升华到了给社会做什么。

“吃得苦中苦，方为人上人”，陈盆滨用这么一条家喻户晓的俗语，作为自己对抗疲惫的心灵鸡汤。他一步步跑出了名气，有自己的经纪团队和营养师理疗师。跑迷们肩膀上搭着湿透的背心，坐在坏了空调的车里，向另一个方向飞驰而去。陈盆滨将继续担任他“跑神”的角色，而这些爱好跑步的普通人，又会回到自己的岗位上去，成为一名警察或是收银员。这天唯一的回忆在于，他们在同一条喇叭嘶鸣扬尘四起的公路上跑过。恰如自由生长的荒草，虽然有的高些有的矮些，但根系总扎在同一块土地上。

“明星效应” 让他有点想不通

本报记者 李康宁

在漫长的奔跑之后，陈盆滨接过一位跑迷递过来的水果。他抓起一把樱桃，迅速塞进嘴里。又一把捏开一颗熟透的杏子，几口吃了下去。

“我饿了，真饿了。”他笑着说，一时间忘了自己还裸着上身，没来得及换上一件干的衣服。尽管安利纽崔莱团队对他进行了全程的专业营养支持，但这些不期而遇的鲜美美味，还是让他爱不释手。

他已经学会了在众多媒体前大声讲话，与各路大腕儿谈笑风生。但很多时候，他似乎仍然不会矜持，直来直去地表达心情。

这两天，有个问题始终让陈盆滨有些想不通。那就是娱乐明星的参与，让他这个本应在专业跑迷中传播的活动，突然声名大振。比如韩庚来陪跑那天，微博转发量就创下了“挑战100”在工作日时间的阅读量纪录。

陈盆滨对这些来助阵的哥们儿心存感激。他认为，像韩庚这样的巨星，传播力度和影响力肯定能带动一个群体跑起来。但他又为自己的体育圈朋友们鸣起了不平，奥运冠军焦刘洋来陪跑，影响力却小得多。“为什么娱乐圈明星的影响力会比体育圈大这么多呢？”陈盆滨有些想不明白。

他认为，体育人要改变观念，更主动的把自己身上的正能量传递出来，让更多人了解自己。带动更多人参与到运动中，有了好身体、好的生活习惯，正能量也就越来越多了，这对个人、对家庭、对国家都是很好的。

齐鲁晚报

分类广告

电话：0531-85196234 85196183 85196204

地址:济南市经十路16122号山东报业大厦副楼3楼分类广告部

友情提示:请交易双方妥善查验对方的相关手续和证件,本刊信息不作为承担法律的责任和依据。投资信息需谨慎,仅供参考。

<div>综合招商</div> <div>◆厂家放活13053744001</div> <div>◆电子厂寻合作05374256555</div> <div>◆进口优质奶粉诚招县级代理, 15589927880</div> <div>◆招报刊图书发行代理13353518106</div> <div>◆肾病新药省招18634392158</div> <div>综合招聘</div> <div>◆招安装监理18653328618</div>	<div>酒水招商</div> <div>◆茅台集团新品上市</div> <div>酱世系列酒、茅台不老酒</div> <div>诚招各县市独家代理商, 特惠专卖店加盟商, 招商热线400-0599-809</div> <div>◆2元/瓶起铺货送车</div> <div>货到付款053158568899</div> <div>◆山东冰雪露酒业</div> <div>巴拿马金奖: 4009997527</div> <div>◆北京二锅头散酒坊</div> <div>中华老字号400-0061163</div>	<div>扑克麻将</div> <div>◆售普通扑克报牌器</div> <div>2015新产品13589018831</div> <div>◆售金花牌具</div> <div>13173037333</div> <div>食品招商</div> <div>◆“牛佰味”牛脊骨米饭</div> <div>零加盟费400-922-0532</div> <div>车辆讯息</div> <div>◆转让油罐车、车况好</div> <div>手续全0531-88801205</div> <div>订版电话: 85196234 85196183 85196489</div>	<div>医院招聘</div> <div>◆济宁某县城医院招皮肤科</div> <div>疼痛、中医内科、妇科、B超等医生, 17865716120</div> <div>综合转让</div> <div>◆转山工652B装载机</div> <div>18606338088</div> <div>挂失声明</div> <div>◆山东四季青园林绿化有限公司泰安分公司公章作废特此公告</div> <div>◆鞠立涛Ⅲ级锅炉操作证</div> <div>丢失编号37012519850928701X</div>	<div>◆曲阜市中医院王有想医师资格证丢失, 号码200037110370823730824031</div> <div>◆张磊Ⅲ级锅炉操作证丢失编号372928198609263917</div> <div>◆山东福源设备安装有限公司遗失在济宁公共资源交易中心办理的CA认证证书(或USB-Key), 编号:f2348, 现登报挂失, 声明作废。</div> <div>◆山东建固特种专业工程有限公司第五项目部公章被盗, 声明作废</div> <div>◆张格华中华人民共和国二级建造师执业资格证书编号110610416遗失声明</div>	<div>◆山东省公路建设(集团)有限公司外出税收管理证明历下地税外证(2014)11763号挂失</div> <div>◆威海电美世光电电子有限公司郑钟善就业证丢失号码: 鲁人社外就2011-0406挂失声明</div> <div>外贸电子加工</div> <div>现有大量电子产品外发加工, 货源稳定, 简单易学, 全程技术跟踪服务, 合作有保障, 签订法律合同, 可预付30%的加工费, 诚询守信誉的单位和个人来公司考察洽谈。财富热线: 0531-88802889 15063331590 地址: 济南市高新区舜泰广场2号楼2102A</div> <div>青岛市市南区东海中路16号甲两栋楼房(1号楼1-5层约2700平方米, 沿街2号楼3061.40平方米), 分别实施对外招租。详情登录www.sdzzjc.com网站。郭女士18668982030 宋先生0532-85066046</div>	<div>布兰奇国际洗衣加盟</div> <div>开一家高档次的布兰奇健康洗衣会所是一次投资永久赚钱的好项目! 手机15810866687 QQ:168291731</div> <div>广信快运</div> <div>专线物流加盟招省、市、县加盟</div> <div>招商热线: 400-008-5031</div> <div>广通速递</div> <div>5月14日领取“全国快运证”省、市、县合作商0531-89605986/87/89</div> <div>山东中医药大学保健按摩培训班招生: 针灸.推拿.足疗</div> <div>400-001-2187</div> <div>五粮液福喜迎门酒特惠招商</div> <div>您要发财吗? 您要出人头地吗? 那就请加盟五粮液股份公司福喜迎门酒! 该酒品质优异, 是中国酒协特别推荐产品, 尤适婚宴寿宴喜庆宴。价格低, 利润高, 央视网正热播“福喜迎门”微电影喜剧片及赠车、广告费、业务员工资等市场支持! 特惠诚征县市级以上总经销商! 网址:www.wlyfky.com 加盟QQ:159815698 028-68988888 18811182888</div>
---	---	--	--	--	--	--