

日照单肾男子骑单车走天下

董元清曾骑车去上海、西藏,今天将骑行出发去香港、海南

本报记者 彭彦伟 本报实习生 隋忠伟

继2010年骑行到上海看世博,2011年骑行去了西藏,11月21日,43岁的日照人董元清将再次踏上骑行之路,一路南下经香港到海南,然后再环游海南岛一圈。

2009年董元清因肾癌摘掉一个肾,为锻炼身体他骑上单车。此后他每年都要进行长距离骑行。董元清现在最大的梦想是环游中国。

因病切掉一个肾 为锻炼骑上单车

“单车不仅使我的体质得到恢复和提升,单车不仅让我收获了车友们的真性情,单车还赋予了我新的人生新的梦……骑上单车我亲近了日照的秀美山水,骑上单车我领略了世博的异域风情,骑上单车我享受了高原的静美星空……”董元清在一论坛上写道,骑单车现在成了他生命中不可或缺的一部分。

董元清今年43岁,是日照市环卫处的一名职工,他爱上骑单车,源于一次身体之痛。2009年,董元清查出患有肾癌,董元清只好切除一个肾,“医生让我多锻炼身体。”董元清说。而在一次与朋友吃饭的时候,朋友向他推荐了骑单车这项运动,“当时想了想,觉得骑单车不仅可以锻炼身体还环保,便决定试试。”董元清说。

从刚开始只是自己骑着上下班,到后来加入骑行俱乐部参加一些活动,董元清的骑行距离越来越远,他也越来越喜欢上了骑单车。

去过上海西藏 喜欢克服困难

不久之后,不甘于安分的董元清开始计划着骑车到外地看看。2010年,上海举办世博会,董元清和两个朋友一商量,打算一起骑行去上海看世博。由于担心董元清的身体状况,他的这个决定遭到了家人的反对,“说实话当时我自己心里也没底,虽然天天骑但还没骑过这么远。”董元清说。但天生喜欢挑战的董元清不仅说服了身边的人也更有利地说服了自己,“想给自己一个挑战,之前就因为太安逸了,身体反而不好。”董元清说。

2010年8月,董元清和他的两个朋友骑行去了上海,“当时骑行了20天,也没感觉不适应。”董元清说。有了这次经历,董元清更加痴迷于远距离骑行,2011年9月,他又和两个朋友骑单车去了西藏,骑上了那条所有单车人渴望征服的川藏线。

如果说世博之行对董元清来说是一次试探,一次旅行,那

▶未来一个月,这辆自行车将陪伴董元清一路南下。
本报记者 彭彦伟 摄



西藏之行用董元清的话说就是“一次心灵的升华”。

董元清说,当时他们先到达成都,那里聚集了15名来自全国各地的骑行爱好者,不过最后完全坚持骑行下来的只有3人,他是其中之一。此次骑行遇到了前所未有的困难,“经常在路上遇到塌方,最危险的一次是一块大石头滚落在我的车前边。”董元清说。

从西藏骑行回来后,骑单车在董元清看来已经从单纯的锻炼身体变为一种对困难的征服。“现在非常享受克服困难的感觉。”董元清说。更重要的是,在肾癌手术之后查出有糖尿病的他,经过两次骑行后,检查身体发现各项指标都已恢复正常。

骑行去海南 历时一个月

董元清每次长距离骑行的时间都在一个月左右,“单位每年有15天的公休,剩下的就是我自己调休,周末不休息然后攒到一起。”董元清说,“每天骑行100公里左右。”这次他的计划是骑行去香港和海南,21日出发。

每次出发前,董元清只带一些必备的衣服和一些感冒药等物品。每次骑行的费用都是由他自己承担,“每天花100元钱,如果花太多图享受就失去骑行的意义了。”董元清说。这次骑行距离在3500公里左右,时间大约为一个月。

董元清现在非常享受骑行带来的快乐,“之前家里也反对,但现在看到我身体越来越好也开始支持了。”董元清说。在董元清的影响下,他身边20多位朋友也都加入到骑行中来。董元清现在只有一颗肾,因其毅力坚强,他也被车友戏称为“单缸发动机”。

董元清现在最大的梦想就是有一天能骑行环游中国,“现在上班没有太充裕的时间,只能每年出去一次。”董元清说,“我现在锻炼就是为了保持一个好的身体,退休了还有能力骑行。”

“骑上单车,我要接力日照人的温暖,骑上单车,我要把环保人的理念践行,我要让我的健康水平更高,我要让我的单车行程更远。”董元清在论坛上写着。

SUNING 苏宁电器

科技苏宁 智慧服务

创维电视 & 苏宁电器

11.24日震撼出击

上午10:00-12:00 海曲东路店现场砍价 四店同步

日照电视台—苏宁电器TV团购总动员



云电视王者风范E99UD
创维健康云电视
Smart TV+SkyCloud

创维电视
神秘价格
现场揭秘

海曲东路店
地址:海曲路与兖州路
咨询电话:18363310166

石臼店
地址:黄海一路44号
咨询电话:18363310158

海曲中路店
地址:华益大厦1、2楼
咨询电话:18660308988

五莲解放路店
地址:解放路与利民路交叉处
咨询电话:18863362111

苏宁易购:
www.suning.com

集团采购:
4008 516 516

全国服务热线:
4008 365 365