

# “健康”跑起来，加油

## 威海著名铁人徐海再夺第一

本报2月24日讯 一直以来，徐海是威海各大运动赛事中最活跃的身影。24日，最擅长铁人三项运动的他轻松夺得“安利杯”2013年威海市迎新健康跑冠军。赢得本次健康跑，虽没有奖金。但徐海表示，运动重在参与，他逢铁三及跑步比赛必

参加，一年算下来能参加几十场比赛。

24日上午，率先冲到终点站的徐海接受了记者的采访。徐海说：“今天的赛程沿途虽然景色很美，但难度也并不小，坡路挺多也挺陡”。同时，徐海说，对于他来说，完成赛

程还是比较轻松的，比第二名早到终点站4分钟的他并未抽中任何奖项，对此他表示丝毫不遗憾，希望更多人享受到运动的乐趣。常常参加专业比赛的他常常赢得比赛奖金，对于这次无奖金的跑步，他表示“对运动是热爱，不是功利，奖金无所谓。”



▲快乐健康跑，在葡萄滩海水浴场，跑道上的健儿向记者挥手致意。 记者 王震 摄

## 80余名老人“组团”跑全程

本报2月24日讯 24日的健康跑不是年轻人的专属运动，不少白发老人也精神抖擞地加入进来。当日上午8点，来自市老年体协合唱团的80余名老年人身着运动装，蓄势待发。虽然没有取得好名次，但他们连跑带走地坚持下来。

提前来到比赛场地，几十位老人认真地做着赛前准备活动，此次他们的平均年龄为63岁，年龄最高的参赛者已有78岁。老年体协合唱团的团长阮树华介绍，此次共有80名成员参加此次健康跑活动。由于合唱团成员均

由各行业退休人员组建，因此都很重视健康，各种活动均会参与，各种义演、长跑活动都能看到他们的身影。据了解，他们曾多次参加健康跑活动。

阮树华说，参加此次活动的成员年龄大小不等，最高年龄为78岁，最低为54岁。阮树华认为唱歌可以促进身体健康，“少打麻将、少生气，多唱新时代的歌曲，让老年人唱出健康和快乐。”参赛后，阮树华告诉记者，抱着锻炼身体目的，全体成员均坚持跑完全程，“虽然挺累的，但非常愉快。”

## 一边跑步一边捡垃圾

本报2月24日讯 参加健康跑活动时，有这样一位健身者，她在跑步的同时不忘捡起身边的垃圾，引来一片称赞声。

在环海路上，一位边跑步，手里还提着两塑料袋垃圾的女士非常引人注目。李女士说，当她跑步

时，发现公路边有很多矿泉水瓶、塑料袋等垃圾，看上去很不环保，当即决定一边跑步一边捡垃圾，践行既健身又环保的观念。

李女士家住寨子农贸市场附近，平时出门散步时，看到路边有垃圾，就忍不住捡起来，参加这次

活动也一样。李女士说，当她跑到环海路后就发现公路边有一些矿泉水瓶子和塑料垃圾，越往前跑垃圾越多，“看上去实在很扎眼，很不环保，我就决定把它们都捡起来”。她的行为引来了周围健身市民的一片称赞声。

## 本报小记者来参赛

本报2月24日讯 当日的参赛选手有不少是本报的小记者，他们有的由父母陪同，有的则单独前来。最终，他们都坚持跑完全程，11岁的张福威更是把妈妈甩到后面，跑出了前200名的好成绩。

张福威是长征路小学的学

生，是学校的短跑健将，每天早晨进行5公里的体能训练。对他而言，9公里不是问题。张福威说跟妈妈一起参加健康跑，并比赛谁的速度更快。张福威妈妈为福威准备了水、毛巾等，做到万无一失。跑步中，张福威把妈妈远远地甩到了后面，独自一人跑到

终点，并获得前200名的纪念品。威海一中的张赞璐轻装上阵，最终也顺利跑完全程，并与同伴击掌祝贺。经常参加本报小记者体验活动的鲸园小学吕承远也与小伙伴及家长来到现场，在彼此的鼓励下，结伴跑完全程。

## 七旬健身达人跑出好成绩

本报2月24日讯 健康跑开始前，选手们都已经跃跃欲试了。

今年70岁的李百国已经第二次参加健康跑了，他告诉记者，在自己身体条件允许的情况下，跑步是最好的运动方式，他每天早上都坚持跑步10公里，对于这次全程9公里的健康跑，他说：“跑完全程很轻松”。

这次健康跑，李百国再次证明了自己。他冲在队伍的前面，用四十几分钟跑完全程。虽然刚跑完全程，但是他没有感觉到累。他说，“只要自己的身体条件允许，以后有这样的活动还会参加”。



▲威海康利隆汽车销售有限公司市场总监唐振琦为抽中三等奖的选手颁奖。 见习记者 赵辉 摄



◀跑道上的健儿比出胜利的手势。 记者 王震 摄

本版统筹 李彦慧  
本报稿件由记者 王帅 李孟霏 冯琳  
实习记者 王天宇 杨晨 唐双飞 赵兵 于莎 采写

特价

## 特价销售 顶账商铺、房、车

- 顶账商铺:** 奥特莱斯商铺A座三层，面积42.82平方。
- 顶账楼房:** 信泰咸阳花园楼房（苟山镇），7楼，面积62.96平方，储藏室面积18.21平方。
- 顶账汽车:** 比亚迪L3豪华型，配置：双气囊、ABS+EBD、四轮碟刹、皮座椅、倒车影像等。4S店提车。

咨询电话：18906310298

## 祥府家酒，好喝不上头

白酒作为中国古老历史的传承，代表了中国酒文化的传统与经典，吉斯集团利用享誉中外的烟台地产水果资源，在发扬中国传统酿酒技艺基础上，研制出具有专利技术的水果白酒酿造工艺，首开水果发酵蒸馏白酒之先河，诠释了中国特色白酒的新时尚。既有独特浓郁的果香，又有传统白酒的醇厚与舒爽，回味悠长，且不含甲醇和甲醛等有害成分，具有“好喝不上头”的特点，实为倡导健康、引领时尚、激发活力的新一代白酒的上乘之作。

**JISI 吉斯集团**  
烟台吉斯波葡萄酒有限公司出品  
服务热线：400-658-2211  
http://www.gisbelle.com



祥府家酒  
XIANG FU JIA JIU

酒家府祥  
香道堂和  
情昌生缘  
浓隆辉自  
醇康万千  
尔泰年家  
圣吉禄福

