

跑“堰马”的十堰人系列报道②

# 文光辉:用奔跑为家乡加油

穿上白大褂,他是兢兢业业的医生;换上运动服,他是阳光开朗的“马拉松达人”。作为我市马拉松界的高水平跑者,文光辉将出战4月14日举行的东风商用车·2024十堰马拉松赛事。“作为十堰人,我很高兴参加在家乡举办的马拉松,希望能跑出更好的成绩。”文光辉说。

■文、图/记者 周仑



文光辉带动儿子一起运动。

## 爱上长跑 享受奔跑时的快乐

身着红色上衣、脚步有力、体形匀称,今年49岁的文光辉迈开步伐,奔跑在十堰奥体中心赛道上。场边,他8岁的小儿子文思杨为父亲加油呐喊,场面十分温馨。回首自己的跑步健身之路,文光辉细算了一下,已有10年时间。

文光辉祖籍四川达州。上世纪九十年代,他父亲作为医生随家乡工程队来到十堰,随后在海南路开了一家诊所。文光辉长大后考入郧阳医学院(现为湖北医药学院),成为一名临床医学系学生,每天下课回家就在父亲的诊所打下手。“看到很多人生病前来就医,我觉得自己一定要把身体锻炼好。”文光辉说。

文光辉第一个长期坚持的运动是骑车。上大学期间,每逢周末他和同学一起骑车绕城。从最初的20公里、30公里到骑行上百公里,大学毕业那

年,他和同学挑战自我,曾一天骑行200公里。

2014年,偶然的一次机会,他通过车友群了解到一个在丹江口举行的骑车比赛。直到比赛前夕,他才知道这个赛事除了骑行外,还有一段约7公里的跑步项目。没有专门练过长跑的他硬着头皮跑完7公里。到了终点,其他选手累得气喘吁吁,而文光辉觉得比较轻松。

为什么不试试跑马拉松呢?文光辉萌生出这个想法。“跑步不需要花钱买专业自行车,路线相对自由,既能锻炼身体,还能享受奔跑时的快乐,释放身心压力,是个不错的运动方式。”他决心换种方式锻炼。

2014年底,文光辉从10公里开始跑起,一步步提高到全程马拉松(以下简称全马)的42公里多,他的脚步越来越轻盈,体魄愈发强健。

## 成绩突出 入选“高水平运动员”名单

2015年,文光辉报名加入十堰田径协会,并首次参加正式的马拉松比赛——武汉后官湖半马,取得1小时26分的成绩,被十堰跑步圈称为一匹“黑马”。同年9月,他报名参加在北京举办的马拉松比赛,直接选择全马42.195公里。在这场高规格比赛中,他第一次现场感受了全马的氛围,并以3小时12分结束了自己的“首马”。赛后,文光辉总结得失,在日常训练中不断提升跑速。付出获得回报,他成为我市马拉松爱好者中首个全马总用时在3小时以内的选手。

这些年,文光辉参加厦门、武汉、重庆等国内几十场马拉松赛事,最好的全马成绩为2小时47分。在文光辉的带动下,他的二儿子文锦翔也爱上跑步,并和他一同参加外地的马拉松比赛。尽管没能取得好成绩,但文

锦翔从父亲身上看到坚持的力量。

2019年12月1日,十堰(郧阳)国际马拉松举行。文光辉报名参赛,最终以2小时59分的成绩取得男子组第五的名次。他是这场赛事中成绩最好的十堰选手。

东风商用车·2024十堰马拉松公布赛程后,文光辉立刻报名,并以2小时52分的全马成绩入选赛会“高水平运动员”名单。他十分期待这场比赛:“得知十堰要举办马拉松赛事,我很开心也很自豪。希望我能在家乡的赛道上再创佳绩,跑出更好的自己,同时为家乡发展助力喝彩。”

如何看待这场马拉松的线路?文光辉说:“线路设计独具巧思,彰显十堰文化魅力。从城区到景区线路规划合理,路线有一定起伏,将是一个不小的挑战。”

## 无人机爱好者注意了 比赛当天实行低空安全管制

■记者 周仑

本报讯 东风商用车·2024十堰马拉松赛事是全城瞩目的大事,市民可以自行操作无人机航拍这场盛大的赛事吗?

近日,十堰马拉松赛事组委会办公室给出明确答案,4月14日马拉松赛事期间,将加强低空安全管理工作。在管理时段、管理区域内飞行13类航空器应当提前向赛事组委会申请批准并向市公安局报备,否则公安机关将依法采取驱离、迫降等紧急处置措施;对扰乱公共秩序,危害公共安全的,公安机关将依法处罚。

低空安全管理时段:4月14日0时—14时。

低空安全管理区域包括赛道区域和赛事起终点区域两部分。

赛道区域:奥体中心(起点)→紫霄大道→熊家湾转盘→北京北路→江苏路一号隧道→奥体中心(健康跑终点)

奥体中心(起点)→紫霄大道→经熊家湾转盘→北京中路→上海路→湖北医药学院桥头(折返)→上海路→北京南路→北京路口公交站(折返)→北京南路→重庆路→武当大道→南昌路→五茅路→茅塔乡王家游园广场(半程终点)→五茅路→茅塔路→赛武当隧道→五步桥→赛武当路→赛武当山门(全程终点)

以上赛道及两侧200米以内区域地面上真高120米及以下空域内禁飞。

赛事起终点区域:赛事起点(奥体中心)、健康跑终点(奥体中心)、半马终点(茅塔乡王家游园广场)、全马终点(赛武当山门)为中心点,半径500米圆形区域内地面上真高120米及以下空域禁飞。

13类航空器包括轻型飞机(含轻型和超轻型直升机)、滑翔机、三角翼、动力三角翼、载人气球(热气球)、飞艇、滑翔伞、动力滑翔伞、无人机、航空模型、无人驾驶自由气球、系留气球、大型风筝。

## “堰马”摄影短视频大赛启动 超“鲜”瞬间 等你记录

■记者 周仑

本报讯 举起手机和相机,定格东风商用车·2024十堰马拉松赛事中的美好瞬间、精彩画面,就有机会获得价值500元的奖品。

近日,十堰马拉松赛事组委会举办东风商用车·2024十堰马拉松摄影、短视频大赛。比赛不限参与者身份,只要手中有素材,制作出具有十堰精神、十堰特色的短视频、摄影作品,就可以参与。

作品主题必须是本次马拉松赛及路跑赛事相关的人、物、景的精彩瞬间,可以是选手的动人时刻,也可以

“堰马”赛道为载体,展现十堰的地域风貌及独有的特色,或是赛事医疗、保障等工作人员付出的感动瞬间。

摄影作品黑白、彩色,单幅、组图不限,视频长度原则上不超过60秒。投稿截止时间为4月16日。参赛作品投稿邮箱:shiyanmarathon@luyuesport.com。参赛者投稿时应注明姓名、电话号码、收件地址、作品名称。

大赛分为摄影、短视频两个类别,各设优秀奖10名,分别奖励价值500元的奖品。经过专家评选,获奖结果将在“十堰马拉松”官网、“十堰马拉松”官方微信公众号上公布。

## 参赛包领取时间公布了 选手记得带好身份证件

■记者 周仑

本报讯 近日,十堰马拉松赛事组委会发布公告,4月11日至13日,东风商用车·2024十堰马拉松赛事选手可凭有效证件领取参赛包,提前做好比赛准备。

领取参赛包的选手包括参加全马、半马及健康跑的跑者。领取地点设在十堰奥体中心综合体育馆(张湾区紫霄大道与江苏路辅路交叉口西南200米)。

据悉,参赛包内有号码布、别针、盛衣包、参赛T恤、雨衣及赞助商礼品等。选手需携有效身份证件原件,如二代身份证、户口簿、护照、港澳通

行证、台胞证等,到现场依次按照工作人员指示领取物品。

组委会提醒,参赛物资须本人到现场领取,不允许代领及团领;18周岁以下、65周岁以上的参赛者必须有监护人签名。预计领取高峰集中在4月11日上午和13日下午,为减少排队等待,建议尽量错峰前往领物。如有疑问,可电话咨询:张先生13701741466 李女士18871757853。

