

15秒99!“大爷跑得比我快多了”  
八旬老人刷新80米栏亚洲纪录

近日,韩国大邱举办的世界大师田径锦标赛(WMAC)赛场,M80组别(80—84岁年龄组)男子80米栏决赛上,来自辽宁鞍山的82岁中国选手丁明击败两名日本选手,跑出15秒99,拿下该项目的世界冠军,同时打破此前由日本选手保持的16秒51的亚洲纪录。据了解,M80组别男子80米栏栏高为0.686米,男子奥运110米栏栏高为1.067米。

■综合央视、《华西都市报》报道



丁明准备比赛。

河南汝州一父亲  
自驾上万公里  
送龙凤胎上大学

■据农民日报微信

河南汝州一对双胞胎,一个考上了中国东端的黑龙江佳木斯大学,一个考上了中国西端的新疆图木舒克市的大专。几天前,50岁的父亲孟增义做了一个大胆的决定:自驾上万公里,和妻子一起送两个孩子入学报到。

8月28日,记者联系上这位父亲时,他已自驾2500多公里到达黑龙江佳木斯。孟增义说,等女儿报到后,他将再启程,接着自驾送儿子到新疆的图木舒克市上学,然后再自驾返回河南老家。

“坐火车没有直达,需要转车,一人一趟就得1000多元,况且上学的行李多也不方便。”孟增义的妻子乔晓娜告诉记者,刚好两个孩子的开学时间也错开了,一个是8月29日,一个是9月10日。综合考虑出行时间、成本和方便程度等多种因素,她和老公也是商量了好长时间,才决定开车送孩子上学。目前到佳木斯行程2500多公里,路上用了4箱油,只花了1000多元,确实节省方便很多。

孟增义说,为了节省开支,他们前往佳木斯全程走的是国道,8月21日出发24日到达,走了四天,都是白天行车,晚上就在国道旁找合适的地方搭帐篷。他们只带了一顶帐篷,主要是妻子和孩子住,他就是纯露宿,带了蚊香。平时和妻子开面馆也挺忙的,这次请了亲戚帮忙打理面馆,夫妻俩也算是借这个机会出来走走,没有时间和精力游玩沿途的景区,只是看看沿途的风景,也算是顺路“穷游”了。

他们随车带了折叠床,累了就会随时停下来休息,还带了米面、开水、馒头、辣酱等食品以及锅碗瓢盆,路上饿了也是随时有吃的。“途中虽然苦点累点,但一家人在一起就很开心,这段人在困途的上学穷游,也算是一生难忘的经历。”乔晓娜说。



孟增义一家四口到达黑龙江佳木斯。

两小时连赛三场 中途放弃跳高冲刺跨栏

公开资料显示,本届世界大师田径锦标赛举办时间为8月22日至9月3日。

丁明的队友马卫中介绍,丁明一共报名6个竞赛项目:80米栏、跳高、跳远、三级跳远、撑竿跳高、标枪,其中80米栏是他竞争力最强的项目。

马卫中介绍,本次比赛的技术标准参照世界大师田径联合会的要求,M80组别男子80米栏项目的栏高为68.6厘米,比奥运会执行的成年男子110米栏标准的栏高106.7厘米低38.1厘米。

马卫中说:“当天的赛程安排对他并不友好。”

开赛后,一直等到8月25日,丁明才迎来自己的首场比赛。按照赛程,25日当天,从9点多到11点左右,丁明先后要出战80米栏半决赛、跳高决赛和80米栏决赛。

按照赛事规则,运动员需要提前40分钟完成检录。因时间冲突,为优先保障80米栏决赛,丁明中途

结束了跳高项目,即便如此,丁明依旧拿到跳高项目第四名的成绩。

据悉,丁明保持着国内M80年龄组男子跳高全国老将纪录,成绩1.17米,2024年于青岛创造。

很多人可能是第一次听说“世界大师田径锦标赛”,这其实是一个被严重低估的比赛。

它按年龄分组,从35岁开始,每5岁一档,一直到100岁以上组都有,专门给那些“过了巅峰期但没停下”的人一个赛场。

半决赛留力 冲击16秒关口如愿夺冠

据此前报道,丁明在今年5月长沙中国田径大师赛夺得冠军,成绩为16秒73。马卫中介绍,这也是丁明此次的报名成绩,在全部参赛选手中排名第四。

赛前马卫中预判,如果丁明发挥理想,成绩有望来到16秒40区间,具备争夺金牌的实力。但决赛两名日本对手报名成绩同样处在16秒40左右,赛前竞争压力不小。

马卫中说,半决赛,丁明跑出16秒30拿下小组第一,夺金希望大幅提升。

“跨过最后一个栏的时候,我看见他明显放松了下来,是有意识地在为决赛保留体力。”半决赛结束,他鼓励丁明,争取把成绩跑进16秒以内。

最终决赛,丁明跑出15秒99,实现了这一目标。而亚军16秒15、季军16秒53均为日本选手,之前由日本选手创造的亚洲纪录也被丁明打破并大幅改写。

在马卫中看来,丁明的绝对奔跑速度并不比同台对手占优,取胜的优势在于跨栏技术。“他栏上的动作非常漂亮,可以很明显看出比别人的动作要快一些。”

比赛现场,这一组有来自土耳其、新西兰、法国、新加坡等多个国家的选手。能站上这个起跑线的人,都是各自国家80岁这个年龄段里最能跑的。但跑到第六名,成绩已经掉到21秒多。

15秒99意味着什么?  
这位82岁的老人,平均一秒跑

5米,还要在80米里跨过十道栏。很多20多岁的年轻人,正常跑80米都未必比他快。

不少网友对此调侃称:“我28岁的年纪还不如一个82岁的大爷。”

“我哭了,我根本跑不过这群大爷。”

“我可能连最后一名的大爷都跑不过。”

丁明对此回应:“不要羡慕别人,也不要比较,活动起来就好,年轻人一定要多参加运动。”

年轻人千万不要一天到晚宅在家里,或沉迷网游、追剧。他给出了中肯的忠告:“要活动,但不可过量,要量力而行。要循序渐进,控制强度,尽量不受伤。”

一辈子喜欢钻研 用物理公式讨论铁饼轨迹

据今年5月19日长沙体育发布的消息,82岁的丁明是赛场“全能战士”,他曾在2019年亚洲大师赛上独揽四金。

在今年5月举办的2026中国田径大师赛上,他参加了跳高、铅球及80米栏三个项目,在80米栏项目中展现了惊人的爆发力与柔韧性,过栏技术干净利落,丝毫不见耄耋老者之态,最终以16秒73的成绩斩获该项目冠军。

丁明并非专业运动员,读书时

期接触跨栏,退休前长期从事科技行业,田径始终是他的业余爱好。

在马卫中的印象里,丁明一直保持着理工科专业人员的钻研习惯。两人交流时,丁明可以把铁饼飞行轨迹相关的初速度、加速度、重力等物理公式娓娓道来。“我比他小20岁,这些公式我都记不住,他记忆力很让人佩服。”

马卫中说,日常训练中,丁明有一套安全训练的方法。

练习跨栏时,他会在栏架上放

置一瓶水,增加栏架的不稳定性。一旦训练中撞到栏,栏架会直接倾倒,避免栏架卡死,防止运动员摔倒擦伤。

马卫中介绍,近十年来,丁明多次在世界大师田径锦标赛中担任中国队领队,此番征战大邱,他同样身兼中国队领队。

马卫中透露,作为领队,丁明负责多项赛事协调工作,加之还有参赛项目尚未完赛,目前没有空余时间接受媒体采访。