

## 古稀老人迎风奔跑诠释“梦想”

本报记者 苏国义

### 记忆2023

2023年3月26日芜湖, 4月16日扬州, 5月14日稷山, 5月21日唐山, 6月11日兰州……12月3日深圳, 12月24日郎溪, 这一年, 71岁的淮南长跑达人陶硕完赛了13场马拉松比赛, 累计跑出了个人200场马拉松的赛事记录。

由于常年身披“淮南”战袍奔跑在全国各地、甚至国外的马拉松赛场上, 陶硕也被长跑圈的跑友们称赞为奔跑的“淮南形象”。

“不放弃、更坚毅、敢超越、勇进取……”这是陶硕, 一位不向年龄低头的淮南老者, 展示在各大马拉松赛场的倔强形象。“赛事上, 陶硕就像一面奔走的重锤, 不断敲击着我们的心灵, 让人震撼, 激人奋进。试想一位古稀老人都可以这样坚强, 这样敢于进取, 我们这些年轻人还有什么理由不奋斗?” 受到陶硕精神激励的网友小曾说, “陶硕老师是我们公司所有年轻人做人做事的榜样, 马拉松我们肯定跑不过他, 但他的这份精神值得我们每一个人去学习。”

回忆结缘马拉松的经历, 陶硕说, 1999年, 他在淮南大通机械厂上班时, 受同事激励, 报名参加了长跑活动, 没曾在比赛中获了奖。那场比赛, 让陶硕发现了自己的长跑潜质, 之后, 长跑成为陶硕的第一大爱好。

2005年, 陶硕在中国马拉松第一人张亮友的指引下, 参加了上海马拉松赛, 并取得了“半马”1小时33分59秒的较好成绩。

此后, 陶硕每天都坚持晨跑, 路程基本都在二三十公里以上, 有时达到五十公里以上。“风雨无阻, 除了突发情况, 我一



天都没有间断过。”陶硕说, “马拉松其实是一件非常枯燥、非常耗费体力的运动, 很多人都难以坚持下来。我看到很多老年人因缺乏锻炼, 退休后身体不好, 生活质量较差, 就暗暗下定决心, 绝不能中途放弃, 一定要坚持锻炼, 通过体育运动把身体锻炼好, 过一个高质量的健康晚年。”

“过去这一年, 全国各地的很多媒体、很多网友都对我的事迹进行了报道和转发, 部分人也对我产生了误解, 认为我长跑的目的是单纯的追求完赛场次, 其实不是这样的。我追求的是挑战自己和更高质量的老年生活, 通过积极锻炼不给家人、不给国家医疗系统添负担。”陶硕介绍, “2023年, 通过参加各地的马拉松赛事, 我带着老伴游历了唐山、呼和浩特、哈尔滨、沈阳、长春、长沙、深圳等城市, 非常开心快乐。新的一年, 我准备多报名参加一些以前没有去过的城市或景区举办的马拉松赛, 和老伴一起多走走看看, 丰富老年生活。顺利的话, 2024年我还将到纽约去参加马拉松赛, 争取再多跑一个世界马拉松大满贯赛事。”

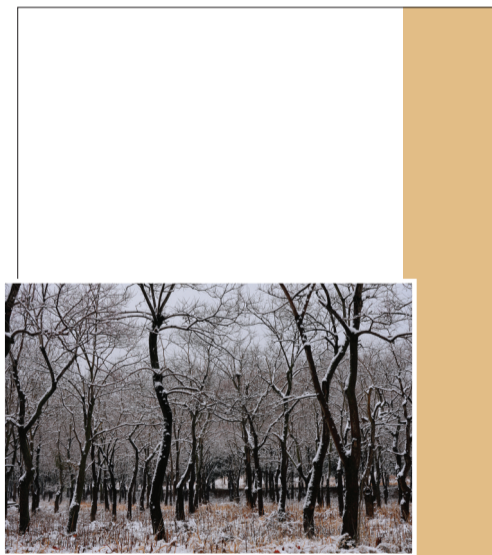
“梦想要有, 但更重要的是努力去实现, 为实现梦想而奋斗, 不留遗憾在人间!”陶硕是一个行动派, 2024年开年的第一个月, 他已经完赛了厦门马拉松赛。接下来, 陶硕将继续迎风向前, 挑战一场又一场马拉松比赛。

图为赛场上的陶硕。



1月19日深夜至20日凌晨, 淮南迎来2024年第一次降雪, 恰逢24节气最后一个节气——大寒。这场雪寓意着循环的结束, 一个新的开始, 以冬之落幕, 作春之序曲。

本报通讯员 陈波 摄



本报通讯员 周淮胜 摄

## 绝美雪景吸引市民拍照打卡

1月20日上午我市银装素裹。2024年第一场雪的悄然而至, 为枯燥的寒冬带来了惊喜。市民不畏严寒纷纷外出踏雪寻景, 舜耕山下、密林深处, 白雪枯树、荒草奇石构成了画一般的景致, 引得众人纷纷打卡留念。

本报记者 苏国义 摄影报道