

在上海大华有这样一支长跑队

“我们的梦想就是跑遍全球”

申动·运动家

“我们的梦想，就是跑遍全球！”只看这句话，你可能会认为这是年轻跑者追梦的动力，可事实上，这是一群年过七旬长者的执着。“下一个要征服的地点，是非洲，目前看起来南非最有可能。”坐在会议室里，大华长跑队队长蒋守纲和几位队员，眼里写满期待，“我们虽然年纪不比小年轻，可体能和跑步的实力可不一定输给他们，而且，我们有丰富的经验。”几位头发有些花白的老年跑者自豪地说，“永不放弃，勇敢挑战，是我们队伍的精神！”



不服老

20多年前，大华地区真正称得上跑过马拉松的只有一个人。那会儿，跑步氛围也不像如今这般浓厚。2002年，大华公园对外开放，健步走的人不少，但真正跑步的也就两三个。平时，这几个人最喜欢做的一件事就是听马拉松的故事。几年时间里，你传我，我传你，公园里跑步的氛围开始形成气候。3年后，4位常跑步的居民相约去跑杭州马拉松，结果，一位拿到了半程第五名，这对大华地区的马拉松发展触动不小。看着跑步的人气越来越旺，一年后，蒋守纲和几个长跑爱好者一起组建了大华长跑队。

担任大华长跑队队长这些年，蒋守纲感慨良多。队伍刚开始只有几十人，他们每天在大华公园集中后，沿着马路跑21公里。后来队伍像滚雪球一样越滚越大，发展到100多人。参加过各类马拉松比赛。让他最难忘的是10多年前在世界屋脊参加第四届西藏国际马拉松比赛，拉萨海拔高，氧气稀薄，当时组委会担心老人们发生意外不让他们参赛。但19位老人当即签下免责声明，硬是站到了起跑线上。他们不仅跑完了半程马拉松赛21公里路程，还全部进入了前100名。著名体育节目主持人韩乔生为这群老人的举动所

感动，直说他们真棒，展现了中国老年人的风采，是中国老年人的骄傲。

无数的感慨和夸奖背后，是队员每天的努力。42.195公里对于这群不服老的跑步爱好者而言，曾经是个难以突破的坎。“没有别的办法，只能练，边训练边摸索，再定期总结，请专业人士来解释。”蒋守纲记得，这些年来给队里做过培训的，有退体的马拉松裁判、曾经的专业长跑选手，还有专门从事马拉松后勤保障的人员，每次培训结束，他们总会留下一句：“如果下次还有需要，可以随时叫我过来，大家一起帮队伍圆梦。”多方支持下，建队两年后的北京国际马拉松赛，大华长跑队派去了二十几名“壮士”征战全马，且全部在5小时内跑完了全程，给队伍打响了头炮。

跑下去

2010年，大华长跑队打算去到中国台湾参加马拉松。“最初组委会谢绝了长跑队的请求。”为此，队伍专门写信给台北市政府，最终得到答复：欢迎上海的长跑爱好者来参赛。那次，35位大华长跑队的队员一起站上了出发点，留下了难忘的回忆。2013年辽宁全运会马拉松赛期间，老将蒋守纲带着队员乘火车，坐了36个小时的硬座去参赛。“能参加这么高规格的比赛，和很多专业选手在一起跑步，我

们心满意足。”蒋守纲说，尽管路途辛苦，但跑到终点的时候，所有的舟车劳顿，都是值得的。这，就是马拉松的魅力。

和许多人一样，蒋守纲和队友参加长跑的原因很简单——让自己的身体更好一些。“那个年代的条件相对有限，身体状况也不像现在，跑步就成了不错的健身选择。”在蒋守纲的队伍里，有曾经腿脚不利索的，有遭遇过骨折等硬伤的，更有曾经数次被送进过急救室的，“他们在康复之后重新站到赛场上的那一刻，让我对跑步这项运动有了更加深刻的理解，只要身体允许，我就会一直跑下去。”

蒋守纲总是随身携带一本笔记本，他说这是工作时留下的习惯。里面密密麻麻写着很多字，包括队员的电话号码，活动时的经费分配，甚至还有哪个队员何年何月何日在哪里跑出什么成绩。最细致的是，本子上居然还记着队员比赛时用的号码簿是多少，清清楚楚。老将说，像这样的本子，他家里有很多。开完队伍的例会，老将的本子上又多了许多笔记和批注，“追梦都是辛苦的，但我和队员都乐在其中。接下来，我们要为出征非洲大陆，补上长跑经历里的最后一块拼图，而好好努力了。”

本报记者 陆玮鑫

王励勤当选中国乒协主席

本报讯（记者 陶邢莹）今天上午，中国乒乓球协会第十届会员代表大会第二次会议在北京举行。会议审议通过刘国梁辞去中国乒协主席职务的申请，选举王励勤为新任主席，高元义、马龙为副主席，完成届中领导班子调整。

刘国梁表示将继续发挥积极作用，支持中国乒乓球事业发展，为体育事业贡献力量。王励勤表示，将延续国乒为国而战的使命，全力备战洛杉矶奥运会，为乒乓球事业发展和体育强国建设作出新的贡献。

王励勤，1978年出生于上海，前中国乒乓球运动员、世界冠军、奥运冠军。现任上海市乒乓球协会会长，上海市竞技体育训练管理中心主任。

松江购彩者喜中大乐透1672万元大奖

本报讯（记者 黄永顺）体彩超级大乐透4月9日开启8.8亿元大派奖，4月16日晚开奖的25041期是大派奖开始后第四期，来自上海松江区的一位购彩者凭借一张18元的大乐透复式追加票，一举拿下了当期一等奖含追加及派奖共1672万元奖金。

这张大奖幸运彩票出自松江区车墩镇欣浪路753号20815体彩网点，这是今年大乐透派奖期间上海中得的第一个大奖。

4月18日下午，大奖得主完成了兑奖手续。他表示对于大乐透派奖活动兴趣很大，每期都会参加。为满足参与活动的条件，他还特意将原本的“6+2”复式票进行了追加，这样就满足了最低投注金额18元的活动参与条件，没想到刚购买了4期，就收获如此大的惊喜。

这位28岁的幸运购彩者领奖时按捺不住喜悦，“8.8亿派奖，18元的投注金额，给我带来了好运。我这组投注号码都是与自己有关的数字，并不是随机而来，里面有自己的幸运号，也有家人们的生日，是一组充满了温情的号码，能中大奖家人都有贡献。”

体彩超级大乐透8.8亿元派奖还在进行中，预计进行20期。派奖期间，单票单期满18元的大乐透彩票，即可参与活动，派奖也覆盖所有奖级。

佩雷拉率队在英超保级成功

事实证明海港选帅的眼光很独到

然而随后发生的一切证明，狼队球迷“看走了眼”，狼队和上海海港队选帅的眼光，十分独到。在佩雷拉上任后，一度萎靡不振的狼队很快重整旗鼓，他们在英超中连战连捷，最近更先后将热刺和曼联斩于马下，提前保级。那些关于佩雷拉的质疑声，也被赞美和夸奖取代。因为佩雷拉曾经荣获白玉兰奖的缘故，“上海荣誉市民率队在英超保级成功”的词条，一度成为国内社交平台的热门。

“我们的阵容很不错，队员都很有实力，我要做的就是尽量把合适的球员放在合适的位置，以激发出更强的战斗力，同时改善球队的氛围。”谈到带领狼队迅速走出低谷的秘诀，佩雷拉说得轻描淡写。事实上，葡萄牙教头到任后，很快利用队内“老乡”众多所带来的沟通交流优势，和大部分球员“打成一片”，形成类似“兄弟连”的情谊，从而让狼队在训练和比赛时的精神面貌焕然一新。连续赢球并在队内建立足够的威信后，佩雷拉再逐步将自己追求攻守平衡的战术思想注入队伍中，并逐渐形成良好的化学反应。在佩雷拉上任前的16轮联赛中，狼队仅拿到9分，而最近17轮，他帮助队伍拿

到29分，用过硬的成绩证明，中超冠军教练也能在英超站稳脚跟。

上海海港队的球迷对佩雷拉的成功模式应该不陌生。2018年上任时，佩雷拉手里有前任博阿斯留下的成熟班底，他随后采用“稳中求进”的策略，先主动融入，再在技战术方面做出针对性调整，使得球队的攻守更加平衡。加上对球队氛围的优化和士气方面的鼓舞，佩雷拉麾下的海港队成为当时中超综合实力和发挥最稳定的队伍之一，联赛和超级杯两座冠军奖杯，正是对佩雷拉工作的回报和实力的认可（见左图 记者 李铭坤 摄）。

如今，佩雷拉在英超这个更广阔的舞台再度证明了自己的实力，不少海港球迷也没有忘记这位功勋教练，在狼队比赛的评论区里，经常能看到“佩雷拉加油，爱来自海港”的留言。向来重视与球迷交流的佩雷拉，也通过各种场合表达了对支持者的感谢。至于将来，他在近期的发布会上说：“英超还没有结束，现在最重要的还是帮助球队进一步提升名次，不会考虑其他的。”

本报记者 陆玮鑫



本赛季的英超联赛进入收官阶段，不过这几天话题度最高的主帅并非还差一场胜利就能问鼎桂冠的利物浦教头斯洛特，也非因备战欧联杯而在联赛中“战略性摆烂”的阿莫林和波斯特科格鲁，而是现任狼队主教练，上海球迷的老朋友，曾率领海港队首夺中超冠军的葡萄牙人佩雷拉。

去年12月，当狼队官方宣布聘请佩雷拉担任主帅时，英格兰当地的球迷群体中充斥着绝望的声音，毕竟“中超冠军教练”的名号在有着世界第一联赛美誉的英超，起不到什么作用，有相关机构甚至直接开出了狼队何时降级和佩雷拉何时下课的概率。