



一曲超越自我的赞歌



中铁工程装备集团有限公司总工程师王杜娟： 明年争取跑“半马”



昨日举行的“郑州银行杯”2019郑州国际马拉松赛，央视体育频道全程直播，点赞郑州。不光是城市建设，制造业也在不断发展中，尤其进入新时代以来，郑州的制造业向着高质量不断发展。令人称道的是，央视在直播时专门点赞隧道方面掘进技术专家王杜娟，18年来，她率领团队研制出了一批批盾构产品，刷新了中国制造的一项项纪录！

中铁工程装备集团有限公司总工程师王杜娟告诉记者：“这是我第一次参加郑州国际马拉松比赛，真的是非常激动非常开心。平时我也喜欢在有时间的情况下，跑跑步运动一下。今年的郑州国际马拉松赛，我在几周前已经收到邀请，生活中也特意加强了一些训练，所以今天还是比较轻松跑完了5公里健康跑。我觉得郑州国际马拉松是一个特别的体育运动，不仅提升了市民的健康水平，也为城市增添了新的活力，对提升郑州市的品牌形象有很大帮助。如果有机会的话，我希望明年可以参加并完成半程马拉松。”

的确，王杜娟名如其人，在同行和同事们眼中，她就是一朵怒放于盾构设计领域的“杜鹃花”。作为我国盾构机国产化研究的开拓者及产业化发展的重要参与者，她长期致力于盾构机国产化研究、开发、制造，在盾构机国产化研制方面做出了卓越贡献。今年10月1日，举国欢庆，中华人民共和国迎来了70周年盛世华诞。王杜娟受邀乘坐“春潮滚滚”彩车，参加了庆祝中华人民共和国成立70周年群众游行。

郑报全媒体记者 徐刚

“追马”跑友韦俊丽： 努力过，享受就好



从今年4月21日举行的2019郑州（高新区）国际女子半程马拉松暨全国女子半程马拉松锦标赛，到10月13日开跑的“郑州银行杯”2019郑州国际马拉松赛，来自平顶山的“90后”韦俊丽今年连续追了两场半程马拉松，这对于还是跑马“新兵”的她来说，是一个不小的挑战。跑过郑马之后，也带给了韦俊丽更多的人生感悟：“努力过，享受就好！”

郑州女马是韦俊丽人生的第一场马拉松。那场比赛，韦俊丽在雨中跑出了2小时9分38秒这个她自己都不敢相信的成绩，成就了无与伦比的自己！

有了郑州女马的经历，韦俊丽对于人生第二场马拉松——郑马，充满了期待。不过由于出现了意外的伤病，她差点儿与郑马失之交臂，“当时挺纠结的，不知道该不该参加郑马。从伤病恢复后，我决定挑战一下自己，毕竟郑马是自己的第二场马拉松，不想轻易放弃。”韦俊丽说。

下定决心后，韦俊丽一边积极恢复伤病，一边也为跑郑马做初步准备，身体一康复，她就立刻投入到郑马的备战当中，“身体康复时距离郑马开赛仅有两个月时间了，这段时间里我每周坚持健身3-4次，让自己的身体能尽快调整到跑马的状态。”

“当我今天站到郑马赛道上时，我觉得自己就已经是一个成功者。”韦俊丽笑着说。2小时20分19秒，这是韦俊丽这次参加郑马的成绩。“这个成绩其实我早有预料，毕竟现在身体状态不是最好，我觉得能坚持下来就已经成功了。”韦俊丽如是说。

谈及此次跑郑马的收获和感受，韦俊丽颇有感触地说：“这一次跑郑马比上一次跑女马更激动。除了激动之外，带给我最大的收获和感悟就是享受，结果其实并不是最重要的，重要的是享受过程，就像生活一样，很多事不一定需要有结果，努力过，享受就好！就像我现在‘追马’一样，不是为了刷‘PB’，而是为了享受跑马的过程。”

郑报全媒体记者 陈凯文/图

郑大跑团： “郑马”服务无微不至



“今年的郑马可谓是更上一层楼，郑马组委会可以说是无微不至、人性化到家。”这是郑大跑团团长、资深跑友禹延风在赛后第一时间给记者的信息。

今年51岁的禹延风，拥有去年40多场跑马拉松的经验，足迹遍及国内各大知名赛事。他所在的郑大跑团也是郑州跑友圈内颇有名气的跑步团体，团队成员每年参加马拉松赛事有200多人。去年他们有接近半数的跑友都参加了首届郑州国际马拉松赛，良好赛事体验也让他们对今年的

赛事期待已久。

“从7月9日郑马报名到今天赛事结束历时三个月零四天。期间经历了抽签缴费二次抽签再缴费，还有郑马训练营的举办，参赛装备的领取，尤其是赛事当天的天气、交通等注意事项，每条重要信息，组委会都会及时发给参赛选手。参赛包、赛事当中的补给、完赛包内的物品，比去年还要丰富。赛后准备的姜茶、冰敷、按摩拉伸服务，特别是为所有全程选手准备的报纸特刊，处处能感觉到组织者的用心和细心，郑马组委会可以说

无微不至、人性化到家了。”

“今年的赛道更具国际范。赛道沿途市民的呐喊助威使运动员非常兴奋。”禹延风表示。

第二届郑马对于禹延风和他的队友们来讲，也有遗憾：“由于中签率大幅度降低，我们跑团今年的参赛人数没有去年多了，好多都因为没中签而非常遗憾。中签率低，说明郑马的影响力越来越大，在为自家门口举办的赛事感到高兴的同时，也希望明年我们的运气能更好一些。”郑报全媒体记者 郭昭略 文/图

无臂跑友任耀： 永远不放弃 追求无止境

仰望天空时，什么都比你高，你会自卑。放宽视野，把天空和大地尽收眼底，才能在苍穹沃土之间找到你真正的位置。

在“郑州银行杯”2019郑州国际马拉松半程赛事中，一名没有双臂的跑友在男子组比赛中以1小时24分10秒的成绩第11个冲过终点线，脸上写着满满的自信。

这位来自安徽的无臂跑友名叫任耀，今年31岁。在8岁那年，任耀失去了双臂，自小性格开朗的他并未就此沉沦，13岁时，任耀开启了自己的“跑步生涯”。

“那时就告诉自己，不要放弃，相信未来总有美好的一天等着我。”说这话时，豆大的汗珠依然挂在任耀的额头上，面容却如此时初升的太阳，灿烂有朝气。

由于没有了双臂，任耀在参加比赛时会遇到常人难以想象的困难，单是途中补充不了水分这一项，就要比常人付出更强意志力。“一路上无法喝水，对我来说非常艰难。”任耀说，“作为一个不同

的群体，希望能在在这个赛道上感染更多的人。”任耀也给跑友提出了“健身”的建议：“每个人对自己的身体都要有一个正确的评估，用一种健康的方式去跑步，不要盲目地追求成绩，跑出自己的风采就行。”

每年要参加数十场马拉松赛事的任耀对郑马的赛道赞赏有加：“感谢组委会的邀请，感谢所有关心我的人，我是第一次参加郑州国际马拉松赛，赛道特别舒服，设计也很科学。”2010年，任耀跑过郑马马拉松，这次是他第二次来郑参加比赛。“郑州变化真是太大了，这还不到10年，我都快认不出来了。”任耀说。

没有了双臂还能在一个半小时之内完赛并取得第11名，让不少观赛者感到惊讶，然而这对任耀来说却属“稀松平常”。赛前，他就给自己定下80~85分钟完赛的目标，最终的成绩与此目标也相吻合。结束采访后，任耀坐在地上脱下左脚上的跑鞋，鲜血渗出白袜。“在16



公里处我的脚已经打泡了，没办法加速，影响了成绩。不过，这都很正常。”任耀轻描淡写地说，“跑马拉松主要就是一种坚持。希望更多的人在马拉松赛道上追求自我、挑战自我。”

对任耀来说，跑步已不纯粹是一种体育锻炼，从一定意义上讲，它也是一种职责，一种生活必需，或者说更是一种精神追求。

郑报全媒体记者 王文捷

残障跑友杜亚甫： 跑马拉松让我的人生更自信



用手在轮椅两边画出最大一个圈，加速！“跑过”终点！就这样，来自洛阳的杜亚甫，昨天又用双手“跑”完了他人生中的又一场马拉松——2019郑州国际马拉松赛。

与其他跑友用双脚跑马不同，失去双腿的杜亚甫则是用双手在跑马，坐在轮椅上不断用双手去转动轮椅双轮旁边的手推圈前进，去完成一场马拉松，对意志

毅力来说是一种更大的挑战。一场马拉松下来，杜亚甫的双手早已被手推圈磨得很黑，“早就习惯了。”杜亚甫微微一笑，淡淡地说。

我是从2017年开始接触马拉松的，那一年就跑了一个5公里。跑过之后感觉非常棒，渐渐地也就喜欢上这项运动了。”杜亚甫如是说，“2018年，我完成了个人第一场全马，跑过之后，我为自己感到骄傲！”

尽管失去了双腿，但是从杜亚甫的脸上，记者看到的是满满的自信。接受记者采访时，他始终面带微笑。“是因为要挑战自我，我才选择了跑马拉松，跑马让我的人生更加自信。”杜亚甫坚定地说。“跑马过程中，看到赛道边的观众不断给我加油鼓劲，在补给点总有热心跑友和志愿者给你提供帮助，这些都

让我感到人生其实充满了阳光和正能量，我应该让自己重新拥有自信！就这样，我就开始不断跑马。”杜亚甫动情地说。

从2017年开始到现在两年的时间里，杜亚甫已经用双手“跑过”了十几场马拉松，每跑一场马拉松，他就会增加一份自信。“去年就听过郑马，而且在跑友圈的口碑非常好。今年是我第一次跑郑马，果然是名不虚传，赛事各方面感觉都很棒！志愿者和工作人员对我非常好，给我提供了很多方便和照顾，非常感谢他们！”杜亚甫充满感激地说。

“明年还会跑郑马吗？”
“当然会！而且我还会告诉更多人来跑郑马，让他们现场感受郑马的热情与温情！”杜亚甫最后斩钉截铁地说。
郑报全媒体记者 陈凯文/图