

每天坚持跑步 马拉松赛夺第一

## “长跑辣妈”最爱奔跑

在2014滕州微山湖湿地首届马拉松赛的比赛现场,一位妈妈级选手令人注目,她以惊人的毅力用2小时58分12秒完成了42.195公里长跑,第一个冲过了女子全程马拉松终点线,取得了2014滕州微山湖湿地首届马拉松大赛的女子冠军,她就是唐辉。



唐辉1981年出生于一个普通工人家庭,现年33周岁。2005年毕业于聊城大学体育学院,体育教育专业本科学历,现在淄博市周村区新建路小学任体育教师,她的儿子现在三岁半。据了解,唐辉从小就酷爱体育,跑跑跳跳是她的强项,在上初中时,成绩突出,考上淄博市实验中学体育特长生,后开始了长跑训练。

2001年考招唐辉以优异的成绩考入聊城大学体育学院。大学期间她继续坚持刻苦锻炼,跑步成为她生活中重要的一部分,课余时间人家休闲去玩耍,而她经常奔跑于聊城市大街小巷,由于她的成绩突出,大二时她入选该校山东省大运会集训队,进行为期一年的大运会集训。她曾代表聊城大学参加了山东省11届大学生运动会体育教育组3000米、5000米的比赛获得冠军,并且

打破了学校最高纪录。

大学毕业后,她没有放弃自己的体育爱好,她一边工作一边自己训练。教师节假日都休息,还有寒假暑假,但是她没有去休息,没有去旅游,而是把这些时间作为自己训练的珍贵时间,她没有睡过懒觉,天不亮就起床出门跑步,就在结婚当天她仍然跑完自己既定的距离,才回家洗澡换上婚纱……她丈夫说:“她每天早晨4点准时出门,跑完20公里再回来。要说是刻苦训练,不如说是一份执着与坚持。”跑啊跑,每天忘我的奔跑,一跑就是十几年。

2012年年底她休完了两年的产假后,又重新踏上了跑步的征程,2013年她在烟台万科国际马拉松比赛中获得女子第一名;2013年她在潍坊仙侠湖国际马拉松比赛中获得女子第一名;2013年在济南特跑万米比赛中获得女

子第一名;2014年在泰山8公里迷你马拉松比赛中代表枣庄市参加了比赛,并获得女子第一名。

当谈到为什么要参加2014滕州微山湖湿地首届马拉松赛时,唐辉高兴地告诉记者:“家属在网上看到有关首届滕州马拉松大赛是针对业余选手组织的比赛,不邀请专业队员,纯为业余跑步爱好者提供的一个展示平台,与其他城市举办的大赛为吸引观众眼球大量引入特邀队员不同,这是咱业余跑步爱好者应该积极拥护的好赛事,并希望这样的赛事越多越好,也祝愿滕州微山湖湿地马拉松赛办得一届更比一届好,成为拥有更多的拥护者和参与者的全民大型赛事。我也将继续奔跑在自己热爱的跑步路上,让自己永葆年轻心态,奋斗的勇气。”

(特约记者 侯志龙)

好心借人手机  
不料却被骚扰

滕州市民孙女士最近为自己借与他人手机打电话的事情搞得心烦意乱,原因是对方在知晓孙女士的电话号码后,便不停地给孙女士发来骚扰短信,令孙女士十分反感。

事情发生在20日的下午3点半,孙女士带着外甥在滕州市美铭广场遛弯,其间一位孩子的爸爸走到孙女士面前,称自己的手机没电了,希望能借孙女士的电话给孩子的妈妈打个电话。孙女士说当时看到该男子显得比较焦急,加上身边又带着一个大约6岁的孩子,所以也没有多想,就把自己的手机递给了他。随后,该男子便拨了一个号码,接通后便告知对方称自己的手机没电了,现在正带着闺女在美铭广场,让其放心。几句话后,借电话的男子将手机还给了孙女士,随后又很礼貌性地说了几句谢谢的话,便转身离开了。

事情本应告一段落,孙女士也自认为自己做了件好事,晚上见到姐姐时,还将下午的这件事情告诉了姐姐,姐姐也就这件事夸赞了孙女士。孙女士回到家后,疲惫了一天的她洗完澡正准备睡觉,这时接到了一陌生号码发来的短信。对方称自己下午在借电话的过程中喜欢上了她,希望能够与之进一步的交往。看到短信后,孙女士并没有回复,没想到几分钟对方又陆续发来了几条短信,并附上了玫瑰花的图案。孙女士见对方不依不饶,便回复了几条短信,希望对方能够理解自己,不再对自己进行骚扰。谁知回复完短信后,对方竟直接打来电话,这让孙女士着实慌了神,赶忙将手机关了机。第二天醒后,她又赶忙将该号码设为了黑名单,这之后,她才缓缓地舒了口气,实在不明白对方为何对自己是这种态度,并表示如果今后再遇到这种情况,一定会小心谨慎对待。

(记者 王龙飞)



家住市中区立新小区的宋朝全老人是位退休教师,一年前,他买来理发工具免费为左邻右舍的老人理发。

(记者 孔浩 摄)

大家拍

小区狗乱叫  
居民心里烦

滕州市民孔先生居住的上海通盛小区里经常有狗冲人乱叫。“尤其是晚上,狗吠不已,特别影响人休息。”孔先生气愤地说。

据孔先生介绍,8月17日晚上,他回家经过小区楼下时,一条黄色的小狗跑过来冲他乱叫,“当时怕得要命,万一被咬了该咋办?”孔先生说,不仅如此,每天晚上楼下这两条狗来回叫,也吵得人休息不好。

8月18日晚上8点左右,记者来到了孔先生所说的上海通盛小区28号楼,看到在小区门前有一黑色一黄色的两条狗,看到记者到来,两条狗狂叫不停。居民周先生告诉记者,这两条狗是散养的,平常就在楼下草丛里,经常在凌晨1点左右乱叫,吵得人睡不着觉。“我经常看到有小孩被小狗追得哇哇大哭,一旦伤人,后果将不堪设想。”周先生说,“希望有关部门能够加大管理力度,及时治理这种散养狗的现象。也希望那些养狗的居民能理解周围邻里的感受,文明养犬,给大家一个清静、和谐的环境。”

关于此问题,记者询问了该小区的物业管理处,一位不愿透露姓名的工作人员告诉记者,他们也不止一次接到过关于居民养狗的投诉电话,“我们会给这些业主通知,让他们尽量避免干扰其他业主的休息。但是基本上效果甚微,因为我们没有权利制止他们的养狗行为,只能说起到一个协调作用,所以也希望业主们能相互理解,养狗人能文明养狗。”该工作人员说。

(特约记者 王雪纯)

半天不说话闷头玩手机

## 同学聚会谁碰手机就罚酒

现在有很多年轻人成了“低头族”,他们无时无刻不在上网、聊QQ、看视频。不过,“低头族”们在聚会中老是低头玩手机却让不少人感到不满。为了防止聚会的时候大家都在低头玩手机,家住市中区的小张和他的朋友们就发明了妙招,聚会时大家都把手机放在桌子上,吃饭的过程中谁要是碰手机就罚酒一杯。

小张是一位大学生,他告诉记者,身边同学用的基本上都是智能手机,各种各样的功能都有,给他们的学习、生活带来了很大的便利。然而,也正是因为功能太多,让同学们每天手机不离身。“最郁闷的是同学聚会,以前都是有说有笑的,大家好不容易聚在一起互相聊一聊自己的近况,回想回想过去在一起度过的日子,气氛十分的欢快,结束时大家都

不愿意离开。现在聚个会感觉就是走个形式了,见个面一起吃个饭,好像就完成任务了。”小张说,现在的聚会就是聚前大家各自低头玩手机,上菜的时候大家拍照发微博发状态,吃饭的时候不是在刷微博,就是在看别人的评论,基本上也不一起聊聊天了,吃完饭匆匆结束走人。“同学之间感觉越来越陌生,面对面交流的时间越来越少,同学之情也在逐渐变淡,好像生活中手机就是至高无上的。”

小张很想去改变这种状况,让聚会不再是一种形式、一种任务,让大家可以真正的在一起聚一聚,增进一些彼此的感情,于是他就想在聚会的时候制定一个游戏规则,吃饭前大家把手机统一放在餐桌上,吃饭的过程中谁要是碰手机就要罚酒一杯,碰几次就要罚几杯酒,大家一起遵守规

则,一起监督彼此。“开始的时候,仍会有一些人忍不住,宁愿喝酒也要去看看手机。现在,同学们渐渐地习惯了游戏规则,有时候哪怕是手机响了,也等到吃完饭再去处理。”小张感觉以前那种聚会又回来了,气氛又变的欢快起来。

小张说,现在很多其他的朋友和同学也采用他的“聚会招数”。他还把自己的QQ签名改成了“少低头玩手机,多抬头去交流”,希望身边的人每天少花点时间看手机,多增加和别人沟通交流的时间,毕竟网络里虚幻的东西多一些,而生活中的感情才是实实在在的,小张还提醒大家聚会的时候不宜过量饮酒,开车不喝酒,喝酒不开车。

(记者 马帅 实习生 张一鸣)