


13年轮滑不停,田间“青春老男孩”太酷

从一人滑到祖孙档,成了广场“明星爷爷” 他说只要心怀热爱,何时出发都不算晚



扫码看视频

轮滑鞋划破夜色,一道轻盈的身影在常德市西洞庭广场上流畅滑行。9月14日上午8时,55岁的谢方友又如常踏上他的轮滑之旅。坚持自学轮滑13年,他从田间滑向广场,从一个人滑到带动孙女和周围的同伴们一起飞驰,用行动诠释什么是“热爱不分年龄”。

自家门口学轮滑,后脑勺摔肿也不放弃

谢方友是一名普通农民,平日里以养殖泥鳅为业。13年前,他在路边看到孩子们玩轮滑时轻盈欢快的身影,一下子被吸引。

“看他们玩得津津有味,我也好奇,就想试试。”没有专业教练指导,没有标准训练场地,谢方友凭着一股“自己来”的劲儿,在马路、操场上开始了自学之路。

起步并不顺利。谢方友笑着说:“摔了不知道多少次,手、脚、后脑勺都摔肿过。”最严重的一次,他后脑勺着地,肿起一个大包,但他丝毫没有退缩。

“一好了又忍不住想滑。”他说,“轮滑就像有魔力,摔了也不觉得怕。”

由于常年务农,谢方友的时间并不宽裕。农忙时节,他几乎抽不出时间练习,只有在养殖不太繁忙、或加油站不太需要打理时,他才能穿上轮滑鞋出门“溜几圈”,但他始终没有放下这份爱好。

带孙女一起滑,成了广场“明星爷爷”

轮滑不仅是谢方友的个人爱好,也悄然改变着他的家庭生活。在他的影响下,10岁的孙女谢彦歆也爱上了这项运动。一老一少,常常一同出现在常德西洞庭广场上。那里地面平整,更适合滑行。

“我带她出去,她帮我拍照,别人也帮我们拍。”谢方友语气中洋溢着自豪。他说,很多人远远看到他这位“农民轮滑大叔”,都会举起手机记录,还有人朝他竖起大拇指:“他们说,这人不简单,活得像年轻人一样!”

也有人担心他年纪大了容易受伤,但更多是鼓励和赞赏的声音。谢方友表示,轮滑滑动的时候“什么烦恼都忘了,只专注脚下”,这份纯粹的快感,是他坚持下去的最大动力。

谢方友的兴趣不止于轮滑。平时他也喜欢唱歌、跳舞,积极参与村里的文艺活动,是当地小有名气的“文娱积极分子”。他说,保持好奇、尝试新事物,让他的生活变得丰富而明亮。

如今,谢方友仍然每天忙碌于他的泥鳅池和农田之间,但只要一得空,就会踩上轮滑鞋,带上小孙女,一道滑向更开阔的地方。他说,不一定非要挑战什么高难度动作,“能滑就开心”。在他看来,年龄从来不是尝试的边界,热爱才是生活的真谛。这位55岁的农民大叔,正用他坚实的轮滑轨迹,告诉每一个人:只要心怀热爱,何时出发都不算晚。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋  
通讯员 乐梧亭



9月14日,谢方友在常德市西洞庭广场上流畅滑行。



扫码看视频



1500名骑手逐鹿张家界天门山“天路”挑战赛。李才意 庾亮 摄

飞轮怒吼“天路”,1500名骑手逐鹿天门山

湖南省第十三届“美利达杯”天门山“天路”自行车挑战赛开赛

99道急弯,最大坡度14%,从180米攀升至1100米——这不是科幻大片的赛道,而是真实存在的张家界天门山“天路”。9月14日上午,湖南省第十三届“美利达杯”天门山“天路”自行车挑战赛在这里鸣枪开赛,来自中国、美国、英国、法国等国家和地区的1500名骑手,在这条被誉为“挂壁公路”的赛道上,用双轮演绎了一场速度与意志的极限对决。

开幕式上,张家界市人民政府副市长汪涛宣布比赛正式开始。随着发令枪声响起,1500名骑手宛如离弦之箭般冲出起点,骑行的风声、呐喊声在山谷间回荡,瞬间点燃了赛道两旁观众的激情。

本次大赛共设置男子公路精英组、男子公路大众组、女子公路组、女子山地组、男子山地组五个组别,年龄跨度从18岁至65岁。比赛全程16公里,选手们从180米海拔的山脚起步,沿着天门山盘山公路一路向上,直至1100米的天门

洞广场冲线。


这条赛道,堪称“自行车挑战者的天堂”。沿途99道急弯,如巨龙盘旋于绝壁之上,骑手们不仅要在发卡弯间不断切换节奏、保持平衡,更要在长时间的爬坡中与自己的体能极限对抗。

经过近两个小时的激烈比拼,冠军一一揭晓。陈澎摘得男子公路精英组桂冠,冯建军夺得男子公路大众组第一,李思荣获女子公路组冠军,石秋娥则在女子山地组中笑到最后,而男子山地组的冠军由姜惟杰斩获。

来自美国的参赛选手ICEMAN感慨万千:“我已经多次来到天门山参赛,因为这场公路比赛非常艰难,很具有挑战性,当你到达终点时,你可以看到美丽的风景还有天梯,它非常漂亮。”

■文/视频 三湘都市报全媒体见习记者 宋科铖  
通讯员 张明涛

15年243次献血,他说公益路还没到头



扫码看视频

三湘都市报9月14日讯 记者今日从长沙血液中心了解到,近日2022—2023年度全国无偿献血表彰奖励名单公布,一批默默坚守、无私奉献的个人与单位荣获表彰。

湖南省生态所原副所长魏元泵获得无偿献血奉献奖金奖。243次无偿献血,这位即将年满60岁的爱心人士,用一滴滴热血为生命“续航”。

9月6日,在长沙血液中心成分献血区内,魏元泵完成了他人生中第243次无偿献血,也是最后一次无偿献血。

自2010年第一次踏上献血之路到现在,15年,魏元泵累计捐献全血1600毫升、成分血438.5治疗量(1治疗量相当于200毫升),总计达89300毫升,用一滴滴热血为生命“续航”。

“每一次伸出胳膊,我都深深感恩。”回顾自己

的献血历程,魏元泵说得最多的词便是“感恩”。在他看来,自己能坚持多年无偿献血,离不开生命中诸多力量的支撑。他感恩父母给予的健康体魄和始终如一的关爱与支持,从第一次献血时的理解,到每次献血后的关心,家人的陪伴让他在公益路上毫无后顾之忧。曾经有人问过魏元泵,坚持献血这么多年图什么?他回答说:“不图什么,只图心安。”对于他而言,每次献血都不是简单的重复,而是一次与生命的对话。

“这份坚持,是我对生命、对社会的无声承诺,让我平凡的人生有了不一样的意义。”魏元泵表示,每一次看着殷红的血液流入血袋,都能真切感受到生命的脆弱,或许这袋血,就能让一名急需输血的患者重获新生。

虽然告别了献血车,魏元泵坦言,自己的公益之路并未结束。“最后一次献血,不是我公益之路的终点,而是一个新的起点。”他明确表示,献血者的身份会落幕,但志愿者的心永远跳动。

■文/视频 全媒体记者 高煜棋 通讯员 乔木 姜兰