



百百终点株洲体育中心,毅行者们合影。



组图右/湖南日报全媒体记者 李健 摄



一对毅行母女笑语前行。

# “毅”起走!让寒风冷雨成为青春注脚

1.6万人徒步跨越长株潭!2023湖南(秋季)百公里出征人数创纪录



扫码看视频

在10℃的低温和簌簌冷雨中,11月11日—12日,长沙市第十一届全民健身节·2023湖南(秋季)百公里从长沙洋湖体育公园鸣枪开拔,16000名毅行者在深秋风雨中迈步前行,丈量长株潭。

这场被称为“史上最艰难一届”的湖南百公里,创下历年来秋季出征人数最高纪录。吸引了全国各地的毅行者参加。

毅行者们是同学,是朋友,更是“战友”。百公里途中,他们以坚持、用不悔,让寒风冷雨成为青春“注脚”。

■三湘都市报全媒体记者 叶竹 杨洁规 图/刘丰 谢佳燊

## 【起点】多人拿出纸笔,写封信给5年后的自己

本次活动以“长株潭一起走”为主题。在奥运冠军龙清泉为全体毅行者送上“跨越三城,跨越自己”的祝福声中,11000名“全百”毅行者和5000名“半百”毅行者从长沙洋湖体育公园出发,沿湘江大堤上行到达湘潭万楼完成半百旅程。全百挑战者继续前行抵达湖南工程学院,休整一晚,最终于12日抵达株洲体育中心。

“湖南百公里”从2007年开始举办,是全球唯一以徒步方式连续穿越三座大型城市的群众性体育活动。本次活动中,大部分参与者都是第一次毅行。有人写信给5年后的自己,纪念青春长途;有人特地买了登山包和登山杖,全副武装前进;有人捧来一束鲜花,只为鼓励同路人,携手前行;也有毅行者相约,挑战完成后,一起吃顿火锅……

在起点洋湖体育公园3号球场入口处,2023湖南(秋季)百公里毅行者们有序排队,拍照打卡,许多人拿出纸笔,在此写一封给5年后的自己。

“这是我第一次长途徒步,希望5年后我

可以经济独立,平安自由,生活愉悦。”来自长沙医学院护理专业的戴佳妮向三湘都市报记者介绍,此次和临床医学专业的同乡同学施英奇挑战全百项目。“希望自己能顺利读完5年医学。”施英奇将信封好,将信件寄回老家浏阳。

## 【途中】医疗志愿者:“杯口大水泡,他说还能走”

来自娄底新化的毅行者罗海玲和方婕妤手捧一大束粉红色玫瑰,朝着签到点行进。“我是在社交平台上看到百公里毅行,当时就想要报名挑战一下半百项目,因为担心完成了,就约了朋友一起来参加,可以相互鼓励。”方婕妤向记者介绍,两人都曾在长沙上大学,在新化参加工作后认识。“我们计划在路上随机送玫瑰给遇到的参赛者。”罗海玲说,希望用这种方式鼓励大家坚持到终点,并表达对毅行者的敬佩之情。“大家一起加油!”两人异口同声。

11日下午,三湘都市报记者遇到一对亲子组合在笑语中携手前行。“我想和妈妈一起参加一次百公里。”7岁的豆豆(化名)被透明雨衣包裹着,鼻子被湘江边的风吹得有些红。来自长沙的母女俩相视一笑,有些腼腆,目光却十分坚定,“这是我第一次徒步毅行,目标就是和妈妈拿到完赛奖牌。”

距离全百终点仅7公里处,湖南省红十字蓝天救援队医疗志愿者为部分毅行者处理脚泡和疼痛部位。一边细心地叮嘱,“明后两天脚会更痛。回家后多用热水泡脚,多做拉伸。”面对寒冷天气,志愿者十分佩服毅行者的坚持,“有位同学脚上有杯口大的泡,皮都破了,我在做处理的时候询问‘还能走吗’,他告诉我‘完全可以’。”

## 【终点】全百毅行者:“小小百公里,拿捏拿捏”

11月12日上午10时许,湖南百公里终点迎来第一位毅行者,来自湖南师范大学工程与设计学院的戴皓,他平时坚持跑步训练,“昨晚突然想拿第一,然后就提前做好了准备,12日一早第一个打卡出发。”

抵达终点后,戴皓感谢了许多人,提到毅行中的感受,他幽默地表示,“一开始觉得穿秋裤很热,到后来

只有秋裤是热的。”

12日16时许,毅行大部队陆续抵达终点株洲体育中心。数十位来自各地的年轻人聚集在一起,自豪地举起完赛奖牌和证书、旗帜,大喊:“小小百公里,拿捏拿捏。”

来自湖南涉外经济学院的谷禹鑫随身带着一面国旗,和三位同学、朋友相约毅行。“原本我是想模拟一下革命前辈长征,当然我们这个路程很短,连他们的1%都不到,但我还是想以这种形式纪念他们。”谷禹鑫告诉三湘都市报记者,“国旗我随身带着,希望能给自己带来一些力量,也可以鼓舞同路人。”

接近补水点吉利东路时,4位同学遇到了令他们震撼又觉得神奇的一幕。“转弯的时候,刚好一阵很大的风刮过来,把国旗吹了起来,突然我听到一声‘敬礼’。”被雨水模糊了双眼的谷禹鑫认真寻找声音来源,才发现旁边几位交警正在朝国旗敬礼。

“一瞬间,我就挺直了身子。其实我的手没力气了,但是不知道为什么,感觉有一股力量把我拎了起来,手伸得特别直,国旗举得特别高。”谷禹鑫昂首挺胸地走完那段路,“大概走了近20米,走完那段路,警察说‘礼毕’,风也刚好停了。”

12日16时30分,谷禹鑫大力挥舞起国旗冲过全百终点。尽管脚有点酸痛,膝盖也直不起来,谷禹鑫却认为一路奔驰很兴奋,停下来才感觉到有些疲惫。

## 数据

### 超万人抵达全百终点 挑战完成率超90%

本届活动由湖南省体育局、共青团湖南省委、湖南日报社联合主办,长沙市体育局支持,华声在线股份有限公司、湖南日报文旅集团承办。“我在长株潭压马路”成为本届毅行的热点话题,在微博、抖音等社交媒体上收获了大量关注度,累计阅读量超千万。

记者从活动组委会了解到,16000名毅行者中,湖南省大学生占毅行总人数将近90%,分别来自省内百余所高校。

值得一提的是,活动期间,24位毅行者迎来了自己的18岁生日,毅行证书和奖牌成为“最好的生日礼物”。12日晚,记者获悉,11000人挑战全百项目,超10000人抵达终点,毅行挑战完成率超过90%。

活动期间,“湖南百公里”组委会还联合长沙市禁毒委员会办公室、市社会禁毒协会等单位,开展“青春光芒 无‘毒’绽放”禁毒宣传活动,为长沙创建全国禁毒示范城市助力。