

周日早上 一起去跑步吧!

每周日早上7点多，日湖公园会比往常更热闹些。除了平时打太极的、练剑的、遛狗的……还有一群跑步的孩子。过去三年，一次原本只有两三个孩子参加的约跑，渐渐发展成为100多个家庭参与的常规活动。

同为运动爱好者的摄影师张永潮，见证了这晨跑团队的不断壮大，用镜头记录了挥汗如雨的点点滴滴。

► 日湖公园内，晨跑的孩子是一道风景线。

内圈跑道一圈大约900米，有的孩子跑一两圈，有的孩子跑五六圈。那些一口气拿下五公里的，大多是坚持了一年以上的孩子。



► 每周日早上的约跑已经坚持了三年，活动发起者谢勇军是运动爱好者，也是江北实验小学的一位学生家长。最初，他只是为了增强女儿的体质，在班级群里约了两个同学一起跑。



► 后来，班里更多同学加入进来，影响力辐射到全年级、全校，再后来，江北万达和高新区的孩子也赶来一起跑，队伍渐渐庞大。



► 时间是周日早上，冬天7点30分，夏天7点，虽然在难得可以睡懒觉的周末，起来跑步是件很辛苦的事，但很多孩子跑着跑着就坚持了下来。



► 即便2022年，日湖公园跑道改建，活动也不曾中止，大队伍将运动地点改到了姚江公园。



► 每次出发前会有专业教练教大家做好准备动作，跑完会发糖果，多跑一圈就多拿一颗，突破六圈就发一瓶。



► 大汗淋漓后的那一点甜，不知不觉中激励着孩子，从跑一圈就气喘吁吁的小菜鸟，变成把目标定为10公里的小野马。不断挑战极限，也是一种成长。



► 其实能跑几圈并不重要，重要的是通过跑步收获的健康、自信，不断坚持的毅力、挑战自己的勇气，以及比好成绩更值得珍惜的好身体，还有全力以赴的青春，和不输不悔的人生。

张永潮 摄 樊卓婧 文