

王京华:用欢快的脚步丈量石家庄的美好

□本报记者 常明

“石家庄市路跑协会在册跑团 92 个，会员 3 万余人。跑友们奔跑在城市的大街、小巷、公园、河边的健身步道上，真切地感受到城市的美好变化……”

在日前参加石家庄市第三届城市管理大会发言时，今年 52 岁的王京华作为体育代表如是说。

“会上发言的还有外卖小哥、志愿者、清洁工人等，大家都是普通人，都坐在主席台上，城市主人的感觉特别强烈。”

王京华跑步、登山健身锻炼 18 年，而 18 年前，王京华则是一个不喜欢运动的胖子——身高 1.70 米，体重 180 斤。

“18 年前，我无论是身体状况，还是生活状态，都不是很好。”王京华笑着说，“偶然间我加入了石家庄的一支骑行团，开始健身。大家相互间的关系特别友善，谁车子出了问题，其他人都会停下来帮助解决。这种友善，让我很感动，也很向往。”

“十多年前，石家庄没有人跑马拉松，很多人认为跑马拉松是‘神经病’。如今，跑马拉松成为了时尚。2008 年当我参加完北京马拉松赛后，一时间成为别人眼中的英雄。”

2009 年，王京华成立了跑者大本营，并组织了当年元旦的马拉松赛，也开设了论坛，之后，渐渐地石家庄有越来越多的跑者加入进来。其间，石家庄市路跑协会在跑者大本营基础上于 2016 年成立。而 2023 年，跑者大本营入选国家体育总局公布的全国全民健身项目库。

“我现在和 18 年前比，体重减了 50



■2024 年石家庄马拉松赛。本报记者 王建国 摄

斤！身体素质提升了，心态也很好，笑声更多了，家庭氛围也变得特别好。”王京华笑着说，“我和妹妹相互影响着爱上了运动，她现在是石家庄登山协会的会长，曾多次在百公里越野赛上夺冠。”

“前两天老父亲还说，你们兄妹俩带动更多人健身，特别好！而几年前，他一直反对，说我们跑步不务正业。”

近年来，市路跑协会在市体育局指导下，先后组织了元旦长跑、马拉松赛、徒步大会等赛事活动，极大地调动了市民参与体育运动的热情，也让更多的人看到城市日新月异的发展变化。他们还开展了全民健身公益培训，培养了 1000 名社会体育指导员、1100 名红十字救护员。

跑者大本营组织过很多次百公里以上的挑战赛、越野赛，很多全国跑友来石家庄

参赛。而在石家庄环城绿道建成后，跑者大本营宣布在 2025 年元旦组织石家庄环城绿道 100 公里超跑活动。

王京华开心地说：“这么好的绿道，这一圈下来，要跑个够！”

他畅想：“跑完了会是什么感受？环城绿道两旁，都是美景！那应该是‘一日看尽长安花’，还有就是拥抱石家庄的感觉！”

用奔跑的方式，在漂亮的绿道上迎接 2025 年的到来，用欢快的脚步丈量石家庄的美好，再幸福不过了。

王京华说，石家庄路跑协会未来将继续打造更多让人喜闻乐见的赛事 IP，积极推动全民健身公益培训，倡导大家树立主人翁意识，做到文明健身，助力把石家庄真正打造成一座运动之城、健康之城、活力之城。



|| 受访人物 ||

王京华

|| 个人名片 ||

石家庄市路跑协会会长

|| 2024 感悟 ||

石家庄是一座特别有温度的城市，体育运动已成为石家庄市民常态化的生活方式。城市焕发着无限活力。

孙纲:让桥牌成为石家庄的新名片

□本报记者 常明

从 2024 年初石家庄桥牌男队出战国家桥牌男队选拔赛夺冠，到升级为中国桥牌男队，再到参加世界桥牌运动会完成目标，得到第五名……这一年，国家桥牌男队风风火火。

“只有享受！”孙纲慢慢地回顾着这一年的过往。

孙纲今年 54 岁，现效力于全国 A 类（最高）的江苏竞帆俱乐部。他 20 多岁时开始学习桥牌，“八十年代末，全国兴起了桥牌热，石家庄很多厂矿单位组队打桥牌。”孙纲笑着说，“我当时在石家庄宝石集团工作，我桥牌的启蒙老师王利群送给我一本很厚的书，名为《精确叫牌法》，问我能不能背过，我知道那是在考我！”

孙纲很快就迷上了桥牌，“当时我们单位有 5 支男队、2 支女队，还有一支青年队。我后来就加入了青年队。”

1991 年到 1992 年期间，石家庄桥牌比赛的成年队伍达到 170 多支，有甲级队、乙级队、丙级队和丁级队等。回想当年石家庄桥牌赛的场景，孙纲说：“那时打桥牌的人很多。石家庄宝石集团曾创造了全市七连冠的佳绩。再到后来，我就开始逐步参加河北省和全国的比赛了，拿过省运会冠军，夺过全运会冠军和全国智运会冠军。”

回顾 2024 年，让孙纲印象最深刻的还是年初成为国家队的一员，“我们石家庄队队员成为国家队队友，我特别自豪，实现了自己的梦想，为石家庄争了光。”



■中国桥牌男队和教练一起征战 2024 年世界桥牌运动会。（受访者供图）

历经三十多年的磨砺，孙纲完成了从一名普通的单位职工到国家队队员的转变，这种坚守，成为全国桥牌圈里的一段佳话。

2024 年 10 月，孙纲随国家队飞赴阿根廷参加世界桥牌运动会，预赛成绩名列第一，最终成绩名列第五。他们的预赛成绩创造了国家男队历史最佳排名。他说：“这次比赛上，中国男队击败了法国队、丹麦队和意大利队等强队，缩小了与世界传统强队的差距。”

“这支国家队是以石家庄选手为班底组建的，团队具有空前的凝聚力和战斗力。我很感谢队友们的支持，更要感谢石家庄市政府和石家庄市体育局对国家队的大力支持。”孙纲感慨道。

石家庄桥牌收获最好的发展机遇，有市政府的支持，有国家队的队员、国家队的教练，还有国家级的裁判和国家级讲师。

“石家庄以学校为单位组织比赛，如果放开报名，石家庄能有千余人二百多支队伍的规模。”孙纲说，“石家庄桥牌的未来一定会更加美好，会有更多的桥牌好苗子涌现出来，为石家庄桥牌注入新鲜血液。”

“这些年来，伴随着城市基础设施建设升级，石家庄已经成为了一座漂亮的现代化都市，而桥牌也将成为这个城市更加亮丽的一张新名片！”

说到 2025 年的目标，孙纲说，随国家队力争参加国际桥牌重要赛事——百慕大杯赛，取得好成绩，为石家庄争光，为国争光。



|| 受访人物 ||

孙纲

|| 个人名片 ||

中国男子桥牌队队员

|| 2024 感悟 ||

我的水平在提升，全队的实力也在提升，石家庄桥牌进校园的开展已初具规模。