

# 业余跑步12年 他即将迎来第109场马拉松

拥有“石马”永久号码的石家庄市民胡彦春,用奔跑书写对家乡最长情的告白



本周末,2026 石家庄马拉松赛即将鸣枪起跑,35000 名选手将踏上赛道。近日,本报记者采访了其中一位特别的跑者——石家庄马拉松永久号码 99159 号持有者胡彦春。本赛季的石家庄马拉松,将是他跑步 12 年来的第 109 场马拉松赛事。跑步向前,不只刷新了运动履历,更展现了他日复一日热爱生活的态度。



■胡彦春展示马拉松赛事奖牌。



■胡彦春参加 2024 年石家庄马拉松赛。(图片由受访者提供)

□本报记者 方小北 实习生 李硕

## 与奔跑结缘 从徒步爱好者到马拉松百场达人

今年 54 岁的胡彦春,年过四十才开启跑马之路。他与跑步的缘分,始于 2014 年的一次旅途偶遇。

“我之前是爬山和徒步爱好者,2014 年我去参加一场徒步活动,在火车上巧遇了几位参加兰州马拉松的石家庄跑友,巧的是往返途中我们都相邻而坐。其中一对夫妇一路分享了许多跑马拉松的乐趣:赛道上的坚持与互动、冲线时的欢呼、陌生跑友的鼓励、城市因赛事而沸腾的氛围……那时我对马拉松几乎一无所知,却被他们的热情深深感染。回到石家庄后,我立刻加入了离家最近的‘花家军’跑团。”胡彦春说。

爬山和徒步需要前往较远的地方,一般只能在周末开展,而跑步十分便捷,随时随地都能进行。跑步还有极佳的锻炼价值,运动性价比很高,即便不参加赛事,也几乎不需要额外花费。就这样,开始跑步后,胡彦春迅速成为马拉松的忠实爱好者。

多年徒步积累下来,胡彦春的心肺功能和耐力基础都很不错,跑步于他而言“天生适配”。仅锻炼两个月,胡彦春就完成了人生第一场半马——张家口康保半马。“当地海拔 1000 多米,天气炎热,我咬牙坚持完赛;2014 年 8 月 31 日,秦皇岛马拉松成为我的首场全马。冲过终点线的那一刻,汗水与喜悦交织,我确信,跑步注定要成为我生命中不可或缺的事。”胡彦春说。

从那以后,奔跑便一发不可收拾。近 12 年里,胡彦春先后完成 108 场正式赛事,从全程马拉松到难度更高的越野跑、超马他都参加过,半马也累计完成超过 50 场。凭借 100 场以上中国田协 C 级及以上认证赛事的硬核成绩,他成功加入中国探险协会百马跑者分会。“在整个石家庄大众跑圈,据我了解,也不过 3 人。”胡彦春说。

## 亲历“石马”蜕变 “石马”已成为一签难求的城市名片

回望“石马”的发展之路,胡彦春既是参与者,也是见证者。赛事创办初期,跑马拉松的人并不多,尤其是全程

马拉松,只要报名就能获得参赛资格;如今“石马”已然成为一签难求的城市名片,胡彦春说,身边不少跑友连续三次报名都未能中签,而拥有“石马”永久号码的胡彦春,也成了许多人羡慕的对象。

截至目前,“石马”仅推出过一次永久号码申领机会,申领条件为:连续报名参赛 2018、2019、2020 年石家庄马拉松,并成功报名 2022 年赛事。胡彦春成功申领后,便拥有了参加石家庄马拉松的“专属特权”:免抽签。只要报名缴费,即可直接获得参赛资格,无需参与年度赛事公开抽签。

永久号码可自主选择部分数字,胡彦春选定了 99159,这个号码对他有着特殊意义。

“这个号码于我,不仅是参赛凭证,更是一段青春的美好记忆。‘159’取自我高中就读河北辛集中学 159 班的班号。我跑步的习惯正是在高中时期养成的,用这个数字做号码,是对那段时光的纪念,也是对跑步初心的坚守。”胡彦春说。

永久号跑者若连续两年不参赛,号码将会被取消。不过对胡彦春来说,这个号码是情怀,是责任,更是他与“石马”、与家乡共同成长的约定。“只要‘石马’举办,我一定会参加,家门口的赛事,在我心里永远最重要。”胡彦春说。

跑过一百多场马拉松,在家乡跑马拉松究竟有什么不一样?胡彦春笑着说:“最大的不同是赛道上熟人多,打个招呼、拍拍肩,并肩跑一段;赛场边的熟人更多,亲友团、跑团的跑友、单位的助威团……喊着你的名字为你加油,那种感觉特别开心。”

“早些年比赛,沿途观众不多,跑者只是在路上默默奔跑。而现在每逢‘石马’,仿佛成了一座城市的节日,赛道两侧挤满市民,为来自五湖四海的选手加油助威。而且赛事回归主城区后,赛道设计越来越专业,也更容易跑出好成绩了。”胡彦春说。

## 享受马拉松 组建 3 个跑团 希望健康跑到 80 岁

“石马”不仅是一场比赛,更是马拉松爱好者常年坚持锻炼的成果展示。“平时我每周跑步 4 次,每次在 10 公里以内;周末会约上跑友一起跑 30 公里左右的长距离。”胡彦春说,他刚开始跑步时,大多以路跑为主,如今石家

庄已经拥有众多跑步“圣地”。

“我住在中华大街,附近的中山体育场聚集了一大批跑步爱好者,大家相互督促、共同进步。裕彤体育场也向大众开放,很多人都是从这里养成了跑步锻炼的习惯。此外,世纪公园、昆仑公园、民心河步道、滹沱河跑道都是跑友们喜爱的跑步场所。跑友们还会经常约跑,发现好的场地都会一起去体验,这些年我可以说是跑遍了石家庄的大小场地。就像跑步爱好者到北京必打卡奥森体育场一样,环城绿道也成为跑友们的必打卡之地。有些外地跑友来石家庄,让我推荐跑步打卡地,想跑长距离我就带他们体验环城绿道;如果不跑长距离,就去中央绿色体育公园。安静、安全,环境好,氛围也好。”胡彦春说。

胡彦春说,他刚开始跑马拉松时,身边跑步的人还不多,而如今跑团可谓遍地开花,他自己也创办了 3 个跑团,总人数超过 300 人:“一个是高中校友跑团,大家因跑步重聚,训练时互相鼓励,赛后一起聚餐交流,氛围温暖融洽;一个是单位跑团,现在不少企业重视员工健康与企业文化建设,专门拨付经费支持跑团,用于购置装备、设置运动奖励;第三个是家门口的社区跑团,就近跑步、定期活动。无论哪个跑团,大家的目标都一样——健康跑到 80 岁。”

多年跑步生涯,胡彦春在收获 108 场马拉松参赛记录的同时,也收获了健康。他认为,对于大众跑友而言,跑步从来不是为了超越别人,而是为了遇见更好的自己。跑步有益于健康,但并非万能。安全跑步的前提,是对自己身体有足够了解,有端正的跑步心态、平和的情绪、规律的作息、充足的睡眠,更要遵循循序渐进的原则,有科学的锻炼计划。胡彦春也提醒想通过跑步健身的市民:迈开腿的同时,一定要学习科学跑步知识,量力而行,切忌攀比跑量和速度。

从少数人坚持的运动,到全民参与的健身风尚,城市对全民健身事业的支持力度显著提升——这背后,是城市发展的缩影,也是全民健身热潮的真实写照。跑步对胡彦春而言,早已不是一项单纯的运动,而是融入生活的习惯,是他的人生标签之一。对于即将开跑的人生第 109 场马拉松,胡彦春表示,享受赛道、快乐奔跑、安全完赛是他永远不变的目标。

未来,胡彦春说还会继续奔跑,用脚步丈量这座城市的每一寸土地,把快乐与健康带给身边更多的人。奔跑的路上,永远有风景,永远有故事。