

# 1000 人 中 选 21 个 , 中 签 率 只 有 2.1% 跟着幸运的 兔子 一起跑 永马 吧

距离 农商银行杯 2019 永康半程马拉松开跑还有 18 天 ,你准备好了吗?即将走上赛道的 1 万多人中 ,有 21 名特殊的跑者 ,他们是永马志愿者中的一部分 ,是跑友口中的 兔子 (马拉松比赛中的配速员)。据组委会介绍 ,这 21 名 兔子 是从 1000 多名志愿者中选拔产生的 ,中签率只有 2.1%。

12 月 8 日当天 , 兔子 们将以 7 种不同的配速前进 ,帮助跑者更好地完成比赛。今年 永马 就跟着他们一起跑 !

## 王晓艇 : 陪着你们跑到终点

2014 年 11 月 2 日 ,杭州国际马拉松是我第一次参加半程马拉松。第一次跑没什么经验 ,内心非常激动 ,就一股脑地向前冲。因为没有分配好体力 ,跑完在家休息了三天 ,小腿酸痛到下楼梯都得扶着 ,实在是印象深刻。采访一开始 ,胡晓艇就先分享了自己的第一次跑马经历。

第一次尝试马拉松之后的酸爽 ,让王晓艇对配速有了一定的理解 ,也有意识进行了相关的训练。从 2014 年开始 ,王晓艇先后参加了 28 个不同城市举办的马拉松比赛 ,成绩也比第一次跑好了不少。

为什么到不同城市参加马拉松比赛?对此 ,王晓艇说自己立了一个 flag 跑满 100 场马拉松 ,就去当志愿者。参加比赛可以认识一座城市 ,你会感觉整个城市都在敞开怀抱欢迎你。王晓艇说 ,参加马拉松比赛是一个充电的过程 ,在跑步过程中放空自己 ,让心灵得到深度放松。

2017 年 ,在首届永康半程马拉松比赛中 ,王晓艇取得了不错的成绩。当看见今年永康半程马拉松招募速配员的消息时 ,王晓艇便立即报名做一名关门兔。他说 : 关门兔 是赛段最后负责陪着运动员到终点的 ,希望大家看见我 ,就知道自己离终点不远了 ,我



也会一直陪着他们一起跑向终点。为了以最好的状态迎接比赛 ,王晓艇提前一个月便开始进行体能训练 ,因为身边有不少朋友都要参加比赛 ,这几天已经有朋友喊王晓艇陪跑了。

## 吴银海 : 享受跑步中的成就感

2016 年 ,吴银海机缘巧合参加了丽水半程马拉松 ,随后自己就开始摸索着训练。

很多长跑爱好者都会有一个马拉松参赛的计划 ,吴银海也不例外。他给自己定的目标是每年至少跑一次全马。跑马不是为了奖牌或名次 ,在他看来最好的长跑是相互鼓励、共同进步。

三年来 ,吴银海先后参加了丽水超马(50KM)、厦门、宁波、青岛、横店等地全马三次、半马三次 ,雁荡山、江南之巅(龙泉)、庆元廊桥多日赛、莲都 100 等越野赛。

虽然不是新手 ,但该准备的还得准备。虽然没有跑马时练得勤奮 ,但也是平时保持一周三到四次跑步 ,周末会根据半马配速进行训练。

从 9 月开始 ,吴银海就有计划地进行耐力训练、强度跑训练、身体素质训练等 ,来提高自己的能力与水平 ,同时 ,更系统地进行训练和饮食调整 ,以达到最佳状态。

这届永康半程马拉松 ,吴银海身边还有很多朋友报名参加。工作日他们三五人结伴群跑 ,相互鼓励。吴银海说参加这么多次比赛下来 ,自己最大的感



王晓艇



吴银海

受就是跑到终点带来的成就感。享受整个过程 ,享受那种肌肉酸痛的感觉 ,不去想着要多快 ,在规定时间内跑到终点就好。

对于首次参加半程马拉松的选手 ,他建议 :可能刚开始跑会有各种不适 ,但坚持下去就会有各种收获。腿疼时可以吃点钙片 ,跑慢一点 ,可以先跑 3 公里 ,慢慢地往上加跑 5 公里、10 公里、15 公里 ,半马、全马 ,循序渐进。

记者 吕晓婷

## 豪车轮毂彩标 褪成黑白

车主获退款 2600 元

记者 颜元滔 通讯员 翁长武

本报讯 买了豪车 ,却发现配饰有假?我市金女士最近有点糟心。

2016 年 12 月上旬 ,金女士在我市一家汽车销售公司购买了一辆保时捷 ,裸车加选装的配置 ,总共花了 100 多万元。其中 ,加贴品牌正品轮毂彩标花了 2600 元。

今年 10 月 1 日 ,金女士开车去金华 4S 店做保养。4S 店工作人员通过电脑查询发现 ,该车选装的配置项目中没有 轮毂彩标 这一项。提车时轮毂上四个车标都是彩色的 ,现在只有车头的车标还是彩色的 ,加装的四个轮毂彩标全褪成黑白色了。金女士怀疑加贴的轮毂彩标不是正品。

11 月 4 日 ,金女士以该销售公司存在欺诈行为为由 ,投诉到市市场监管局 12315 要求维权。12315 工作人员了解到 ,双方于 2016 年签的购车合同现已找不到。销售方表示 ,车主可以自行去金华 4S 店更换该品牌轮毂彩标 ,费用再到该公司报销。

金女士对此解决方案不认可 :一是去 4S 店换 ,费用只要 2200 元左右 ,差价有 400 元。二是这不是自己责任 ,为什么要自己跑去换?

近日 ,双方最终商量确定一起到市市场监管局 12315 协商解决 ,由销售公司退还 2600 元。对车主投诉质疑的我市汽车销售公司是否存在欺诈消费者等行为 ,市市场监管局还在进一步调查处理中。

最近一段时间 ,我市家用汽车类消费投诉比较多 ,在这些投诉人中 ,既有购买新车签过合同后没有留存的 ,也有购买二手车没有签订合同的 ,双方签订并留存相关书面合同 ,对举证维权很重要。

为此 ,市市场监管局、市消保委联合发布 家用汽车消费警示 ,提醒相关车主在车商、银行、保险公司事先打印好的、填空式的格式合同或者空白合同上签字 ,一定要慎重。

车主和车商签订购买新车合同时 ,除了明确约定 :该车品牌、车型、基本配置项目、车价、相关费用(押金)、具体提车时间、提车地点、新车合格证是否随车交付、是否委托车商代办汽车保险、上牌、按揭贷款等手续以外 ,还要明确约定 :车主另外加钱选配的外观、内饰等大小项目明细、价格、材质及其违约责任。

## 在明清建筑上 绣花 电网改造 扮靓 舟二村古民居

记者 程明星

本报讯 12 日 ,置身于舟二村 ,漫步在池鱼老街 ,脚边是潺潺溪流 ,空气里是黄酒香 ,入眼的是青砖墨瓦和精美雕饰 ,特意从温州前来游玩的林先生夫妇享受着古民居的静谧和闲适。

除了 静 ,林先生夫妇对舟二村的 净 印象深刻。舟二村的 净 体现在青石板上无垃圾、曲折河道里无淤泥 ,也体现在无煞风景的电线杆、无蛛网盘旋的架空线路、各类线路井然有序。

舟二村 ,是第五批中国传统村落、国家 3A 级旅游景区。村庄虽然不大 ,却完整保留着上百幢清末至民国初的古建筑。除了古民居 ,舟二村村内水系、街巷格局保存完好 ,还保留有众多的宗祠、民居、商业店铺、古井、骑街楼、炮楼、枪眼等建筑。

但自从该村通电以后 ,在人们享受电带来光明的同时 ,也使得古老文化被形似蜘蛛网般的电线所覆盖 ,极大影响了古建筑的外貌 ,同时使古建筑造成了安全隐患。密密麻麻的电线、通讯线缆直接钉在黄印若公祠正门墙上 ,再延

伸至周围的房子 ,好好的墙面被破坏了 ,一点儿也不美观。舟二村党支部书记黄春朝说 ,村里最怕的就是火灾 ,电网改造迫在眉睫。

正是由于这些因素 ,为了保护这批明清文化 遗产、恢复古民居 原貌、助推舟二村乡村振兴 ,从 2015 年开始 ,市供电公司就主动与舟山镇、市建设局、市规划设计院、市望春园林污水管网公司等部门沟通 ,多次到现场进行走访和勘察 ,力求科学制定既保护文物又消除安全隐患的管线落地工程方案。

2017 年 ,市供电公司对舟二村进行电力路线上改下工程。从高压线路、配电房等主要电气装置设计标准、安装施工规范 ,到电缆管道起止走向、进户开关箱设置 ,都进行精心设计 ,使其古今融合、宜景宜情。

我们为此投入了大量资金和人力。改造时 ,在消除安全的同时兼顾文物完整和美观。比如上改下 ,我们根据古民居窄而幽深的密集街巷、建筑高而封闭、地下暗道的特点 ,巧妙地设计地下电缆通道 ,让高低压线路落地 ,让游

客在村里看不到电线杆。石柱供电所电力员工楼成山介绍 ,对于居民线路 ,我们还进行了统一的整修 ,采用了 PV 线管进行布线。黄印若公祠墙面上的电线全部从屋后布线 ,再进入地下管道 ,老人家里的电线全都换成了大功率电线。

目前 ,市供电公司已完成了舟二村配电网改造工程。新架设地下电缆 6000 多米 ,安装低压电缆分支箱、过路箱 30 多台 ,不仅维护了门楼、牛腿和花拱等构建的完整 ,而且确保了古建筑的文物保护和历史研究价值。通过电力部门的整改 ,环境优美了 ,现在游客也更多了。电网改造让黄春朝心中多了一份底气。

通过电网改造 扮靓 古民居 ,不止让黄春朝有了更多底气 ,也让永康更多文物保护单位有了底气。结合 百幢文物建筑抢修 工程 ,市供电公司主动参与抢修保护责任 ,一方面加强文物用电巡查 ,把用电隐患消除在萌芽 ;另一方面 ,科学美观地改造电网 ,让文物活起来、用起来 ,推动优秀传统文化创造性转化、创新性发展。