

骄阳下 铁人 尽展风采

本报记者 刘浚豪



▶选手从换车处出发。



▶赛道上选手竞争激烈。



▶换乘区选手赶往发车点。

跨越时光，归来仍是“铁人”

对于男子全程55—59岁组选手王然来说，这场比赛的意义远不止于成绩。

1987年，王然中学毕业后离开了家乡徐州。此后，他很少有机会回家乡看看。“没想到这一次再来，家乡徐州完全是另一番景象，高楼多了，湖更清了，整个城市的精神面貌都不一样了。”

更让他激动的是，这一次他不是以游子的身份回来看看，而是以一名铁人三项运动员的身份，站上了家乡的赛道。

“这是我第一次参加标准铁人三项比赛，感觉特别高兴！”王然的声音里带着抑制不住的兴奋，“1987年离开家乡后，我从来没想到有一天能在家乡参加国际赛事。今天跳进大龙湖那一刻，我心里就在想，不管成绩如何，我都已经赢了。”

在国内“铁三”圈，于姝璐是很多人都熟悉的名字。



▶选手疾驰于赛道上。



▶选手跑步冲线完成比赛。

▲游泳赛段，选手们挥舞双臂，激起层层浪花。

烈日炎炎，抵挡不住一场勇敢者的游戏。6月14日，第二个比赛日进行。7时30分，鸣笛声划破天际，身着各色专业运动服的参赛选手们纵身跃入大龙湖，浪花飞溅。游泳赛段中，选手们挥舞双臂，用力划出弧线，激起层层浪花。自行车赛段上，选手们压低身体，紧握车把、稳健控车，在赛道上精准穿梭、极速驰骋。进入跑步赛段，高温天气成为最大考验。选手们步履不停、咬牙坚持，以顽强的耐力对抗身体极限，一步一步向着终点全力奔跑。随着最后一名选手完赛，各项成绩的产生，2026年徐州亚洲超短距离铁人三项锦标赛暨中国·徐州铁人三项公开赛圆满落幕。

挑战极限，直到最后一刻

“2小时02秒！”来自吉林大学铁人三项俱乐部的选手胡琛昊率先冲线。

冲线那一刻，他大口喘着粗气，抬头望向计时大屏幕。“就差了一点！说实话，心里有点痒痒的。”胡琛昊一边擦汗一边笑着说，“如果再给我最后几百米冲刺的力气，我一定跑进2小时以内。”

胡琛昊告诉记者，虽然稍有一点遗憾，但这次比赛整体表现还是比较满意的，上周刚参加了在泰州举行的比赛，身体还没有完全恢复。

“今天游泳发挥得更好了，比上一场快了1分钟左右。骑行表现整体上也还可以，但跑步阶段就比较吃力了，今天天气实在太热，每一步都在跟自己的体力极限较劲。”胡琛昊说。

这也是胡琛昊第二次来徐州参赛。此前，他曾参加了在云龙湖举办的比赛，这是他第一次到大龙湖参赛。

“两条赛道各有特色。大龙湖游泳水域没有风浪，游起来很舒服。骑行路段折返多、弯道多，对控车能力要求高，有一定难度。跑步赛道起伏平缓，几乎没有大爬升，整体设计很合理。”他表示，今年明显能感觉到赛场氛围更浓厚了，保障服务也特别到位，选手们能够专心比赛。

胡琛昊的游泳赛段用时比泰州站快了1分钟左右。正是这一优势，让他能够在骑行阶段追上前方的李柳、黄邦圆等选手，率先冲线。

“我的跑步是强项，所以后半程我没有强行加速，而是按自己的节奏稳稳地跑完。虽然差一点破两小时有点遗憾，但也给了我下次再来的动力。”他笑着说，“接下来7月底我会去嘉峪关参加中距离铁人三项赛，中距离对我的骑行和跑步是更大的挑战，我很期待。”

场上是对手，场下是知己

男子全程40—44岁组选手李柳，稳扎稳打发挥出色，以1小时58分21秒的成绩摘得该组桂冠。

“我的强项是游泳和骑行，今天这两项基本发挥出了训练水平。”李柳介绍，“游泳起水22分半，全场第二，只比小将黄邦圆慢了一点。自行车赛段我的平均时速保持在40

到41.5公里之间，在换乘区完成了对他的反超。”但比赛的戏剧性远未结束。进入跑步赛段后，李柳一度领先到两三公里处，随后被胡琛昊反超。

“胡琛昊的骑行和跑步实力真的很强，自行车赛段他追了我将近1分半钟。不过我在游泳阶段领先他三四分钟，所以还有底子。跑步阶段他超过我之后，我心里也没慌，调整了一下节奏，后面又重新夺回了领先。最后净成绩我比他快了1分多钟，但整个过程前后差距不到2分钟，非常刺激。”李柳笑着向记者分享比赛的经历。李柳感慨道，现在男子各个分龄组选手实力非常接近，胜负往往就在一两分钟，甚至几秒之间。

“铁人三项这个圈子不大，但很温暖，我们都在用自己的方式推广这项运动。”李柳表示，大家既是赛场上的对手，也是私下的好友。平时互相督促训练，赛后一起复盘，谁有了好成绩，大家都真心替他高兴。

细致暖心的赛事保障、包容热忱的城市服务，也让各地参赛选手倍感温暖。

“我提前两天来到这里，发现地铁对参赛运动员免费开放，好多景区和餐厅也都有专属优惠。赛事组织方想得很周到，能感受到这座城市满满的热情。”李柳表示，他还看了“苏超”赛事的直播，运动员们在场上拼搏到最后一刻的劲头，也给今天的比赛打了气。

其实徐州与铁三结缘已久。2000年6月，亚洲铁人三项系列赛全国铁人三项锦标赛在云龙湖景区举行。来自亚洲、欧美共13个国家和地区及国内代表队400余名运动员参加。这是徐州首次承办亚洲比赛，也是当年徐州举办的规模最大、规格最高的国际体育赛事。2020年，徐州获评中国铁人三项运动协会“突出贡献城市”。

如今，烈日之下，大龙湖畔的呐喊声、掌声与鸣笛声交织成一片。赛事虽落幕，但热爱永不止步。奋力划水的手臂、赛道上拼搏的身影、冲刺时咬牙坚持的表情，连同这座城市与铁人三项跨越20余年的深厚情缘，都定格在了这个夏天的记忆里。无论身处人生哪个阶段，都要奋力向前。这大概就是勇敢者的游戏最动人的注脚。

6岁时她开始了运动员生涯，12岁进入浙江省游泳队，17岁时开始练习铁人三项。彼时的铁人三项在国内还是一个冷门项目，但也为她的人生打开了新大门。

徐州对她而言，有着格外特殊的分量。

2005年，第十届全运会在江苏举办。铁人三项第一次成为全运会正式比赛项目，比赛场地正是在云龙湖。当时21岁的于姝璐代表原八一队在比赛中夺得银牌。

“徐州是我铁人三项梦想起航的地方。”于姝璐说，此后她走进国家队，开始参加国际比赛。2009年，于姝璐从专业运动队退役，铁人三项逐渐淡出了她的视野。2016年，已经成为妈妈的于姝璐重回“铁三”赛场。

“很多人问我，为什么还要回来‘受这个罪’？我说，不是因为放不下奖牌，而是放不下那种挑战自我、突破自我的感觉。”于姝璐说。

两年前，在2024年中国·徐州“淮海经济区”铁人三项赛中，于姝璐取得了精英女子组冠军。今年，她再次站上徐州赛场的领奖台，以2小时13分20秒的成绩获得女子全程40—49岁组冠军。

“感觉徐州的体育氛围十分浓厚，今天天气这么热，现场依旧有大量观众从头站到尾给我们加油。”于姝璐说，“我想借这个机会，代表所有参赛选手，向大家真心说一声谢谢。”

“最后，我想代表80后的朋友们说一句：大家加油！我们或许正处在人生压力较大的阶段，但千万不要丢掉自己心里那团火，依然要奋力向前。今天我在赛场上拼下来了，明天你在生活里也能拼过去。”于姝璐说。

赛场内外，激情与感动交织

赛场内激战正酣，赛场外同样热情翻涌。

来自河南平顶山的观众陈少方，专门赶来徐州看比赛。他自己也是一名体育爱好者，很热爱健身。“我特别想来现场感受一下大赛的气氛。今天一看，果然没白来。赛道布置很专业，沿着大龙湖一路骑过去，风景真不错；城市整体也很干净，赛事组织得井井有条。”

市民李女士则一家三代齐出动，婆婆打着遮阳伞，她一手拿着水壶，一手指着赛道，给5岁的儿子讲解比赛进程。

“现在的孩子不缺物质，要有什么。今天就是想让他亲眼看看，这个世界上有人为了一个目标，可以拼到浑身湿透、腿都抬不起来，还要咬牙往前冲。今天这堂‘体育课’，值了！”李女士对记者表示。

细致暖心的赛事保障、包容热忱的城市服务，也让各地参赛选手倍感温暖。

“我提前两天来到这里，发现地铁对参赛运动员免费开放，好多景区和餐厅也都有专属优惠。赛事组织方想得很周到，能感受到这座城市满满的热情。”李柳表示，他还看了“苏超”赛事的直播，运动员们在场上拼搏到最后一刻的劲头，也给今天的比赛打了气。

其实徐州与铁三结缘已久。2000年6月，亚洲铁人三项系列赛全国铁人三项锦标赛在云龙湖景区举行。来自亚洲、欧美共13个国家和地区及国内代表队400余名运动员参加。这是徐州首次承办亚洲比赛，也是当年徐州举办的规模最大、规格最高的国际体育赛事。2020年，徐州获评中国铁人三项运动协会“突出贡献城市”。

如今，烈日之下，大龙湖畔的呐喊声、掌声与鸣笛声交织成一片。赛事虽落幕，但热爱永不止步。奋力划水的手臂、赛道上拼搏的身影、冲刺时咬牙坚持的表情，连同这座城市与铁人三项跨越20余年的深厚情缘，都定格在了这个夏天的记忆里。无论身处人生哪个阶段，都要奋力向前。这大概就是勇敢者的游戏最动人的注脚。