

15秒99!“大爷跑得比我快多了”

82岁中国老人刷新80米栏亚洲纪录

当地时间8月25日,韩国大邱举办的世界大师田径锦标赛(WMAC)赛场,M80组别(80—84岁年龄组)男子80米栏决赛上,来自辽宁鞍山的82岁中国选手丁明击败两名日本选手,跑出15秒99,拿下该项目的世界冠军,同时打破此前由日本选手保持的16秒51的亚洲纪录。据了解,M80组别男子80米栏栏高为0.686米,男子奥运110米栏栏高为1.067米。

北京时间8月27日,丁明的队友马卫中向记者透露,当天丁明一共参加了3场比赛,曾中途结束跳高项目参加80米栏决赛。

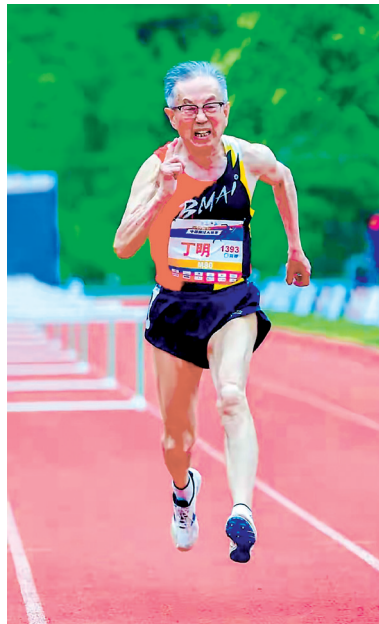


丁明在准备比赛。

图片均由马卫中提供



马卫中和丁明(右)。



丁明在日常训练中。

两小时连赛三场 中途放弃跳高冲刺跨栏

公开资料显示,本届世界大师田径锦标赛举办时间为8月22日至9月3日。

马卫中介绍,丁明一共报名6个竞赛项目:80米栏、跳高、跳远、三级跳远、撑竿跳高、标枪,其中80米栏是他竞争力最强的项目。

马卫中介绍,本次比赛的技术标准参照世界大师田径联合会的要求,M80组别男子80米栏项目的栏高为68.6厘米,比奥运会执行的成年男子110米栏标准的栏高106.7厘米低38.1厘米。

马卫中说:“当天的赛程安排对他并不友好。”

开赛后,一直等到8月25日,丁明才迎来自己的首场比赛。按照赛程,25日当天,从9点多到11点左右,丁明先后要出战80米栏半决赛、跳高决赛和80米栏决赛。

按照赛事规则,运动员需要提前40分钟完成检录。因时间冲突,为优先保障80米栏决赛,丁明中途结束了跳高项目,即便如此,丁明依旧拿到跳高项目第4的成绩。

据悉,丁明保持着国内M80年龄组男子跳高全国老将纪录,成绩1.17米,2024年于青岛创造。

很多人可能是第一次听说“世界大师田径锦标赛”,这其实是一个被严重低估的比赛。

它按年龄分组,从35岁开始,每5岁一档,一直到100岁以上组都有,

专门给那些“过了巅峰期但没停下”的人一个赛场。

半决赛留力 冲击16秒关口如愿夺冠

据此前报道,丁明在今年5月长沙中国田径大师赛夺得冠军,成绩为16秒73。马卫中介绍,这也是丁明此次的报名成绩,在全部参赛选手中排名第四。

赛前马卫中预判,如果丁明发挥理想,成绩有望来到16秒40区间,具备争夺金牌的实力。但决赛两名日本对手报名成绩同样处在16秒40左右,赛前竞争压力不小。

马卫中说,半决赛,丁明跑出16秒30拿下小组第一,夺金希望大幅提升。

“跨过最后一个栏的时候,我看见他明显放松了下来,是有意识地在为决赛保留体力。”半决赛结束,他鼓励丁明,争取把成绩跑进16秒以内。

最终决赛,丁明跑出15秒99,实现了这一目标。而亚军16秒15、季军16秒53均为日本选手,之前由日本选手创造的亚洲纪录也被丁明打破并大幅改写。

在马卫中看来,丁明的绝对奔跑速度并不比同台对手占优,取胜的优势在于跨栏技术。“他栏上的动作非常漂亮,可以很明显看出比别人的动作要快一些。”

比赛现场,这一组有来自土耳其、新西兰、法国、新加坡等多个国家的选手。能站上这个起跑线的人,都是各自国家80岁这个年龄段里最能

跑的。但跑到第六名,成绩已经掉到21秒多。

15秒99意味着什么?

这位82岁的老人,平均一秒跑5米,还要在80米里跨过十道栏。很多20多岁的年轻人,正常跑80米都未必比他快。

不少网友对此调侃称:“我28岁的年纪还不如一个82岁的大爷。”

“我哭了,我根本跑不过这群大爷”。

“我可能连最后一名的大爷都跑不过”。

丁明对此回应:“不要羡慕别人,也不要比较,活动起来就好,年轻人一定要多参加运动。”

年轻人千万不要一天到晚宅在家里,或沉迷网游、追剧。他给出了中肯的忠告:“要活动,但不可过量,要量力而行。要循序渐进,控制强度,尽量不受伤。”

一辈子喜欢钻研 用物理公式讨论铁饼轨迹

据今年5月19日长沙体育发布的消息,82岁的丁明是赛场“全能战士”,他曾在2019年亚洲大师赛上独揽四金。

在今年5月举办的2026中国田径大师赛上,他参加了跳高、铅球及

80米栏三个项目,在80米栏项目中展现了惊人的爆发力与柔韧性,过栏技术干净利落,丝毫不见耄耋老者之态,最终以16秒73的成绩斩获该项目冠军。

丁明并非专业运动员,读书时期接触跨栏,退休前长期从事科技行业,田径始终是他的业余爱好。

在马卫中的印象里,丁明一直保持着理工科专业人员的钻研习惯。两人交流时,丁明可以把铁饼飞行轨迹相关的初速度、加速度、重力等物理公式娓娓道来。“我比他小二十岁,这些公式我都记不住,他记忆力很让人佩服。”

马卫中说,日常训练中,丁明有一套安全训练的方法。

练习跨栏时,他会在栏架上放置一瓶水,增加栏架的不稳定性。一旦训练中撞到栏,栏架会直接倾倒,避免栏架卡死,防止运动员摔倒擦伤。

马卫中介绍,近十年来,丁明多次在世界大师田径锦标赛中担任中国队领队,此番征战大邱,他同样身兼中国队领队。

马卫中透露,作为领队,丁明负责多项赛事协调工作,加之还有参赛项目尚未完赛,目前没有空余时间接受媒体采访。

综合央视、《华西都市报》报道

声明公告 13164692093 遗失声明 恒大帝景8栋一单元2401, 遗失原购房发票, 声明作废。 澳门路228号招租 武汉市江岸区解放公园路53号市委机关生活服务中心1-2层房产 房屋出租面积:843.95m ² 租金不低于:59.7517万元/年 联系人:魏小玉、黄学睿、黄玉婷、刘晓露 联系电话:13476295157	注销公告 武汉光谷优联海外教育专修学校,统一社会信用代码52420100090809267C, 申请注销, 请债权债务于45日内到本公司办理相关手续, 特此公告。 遗失声明 丁海超遗失武汉华南水果市场经营管理有限公司保证金收据一张, 金额5000元, 票号:1219083, 声明作废。	遗失声明 武汉星欣宏文化科技有限公司遗失公众聚集场所投入使用、营业前消防安全检查意见书编号:武东新消安许字〔2025〕第0188号, 声明作废。 遗失声明 武汉鑫福欣汽车服务有限公司(91420112MA49CMU M9T)遗失公章一枚, 声明作废。
---	--	--