



云南老将传奇



董国建冲过终点线 供图

编前

时间会带走年轻的身体,但永远不会磨灭勇士的精神。在第十五届全国运动会上,以董国建、山俊、刘梦雅等为代表的老将依旧活跃,言传身教坚守体育梦想,他们以担当和韧劲,为我们带来力量与感动。

董国建:五届元老继续奔跑

都市时报全媒体记者 陈雯韵

11月15日,十五运会深港跨境马拉松赛道上,38岁的云南老将董国建第九个冲过终点线,为横跨16年的五届全运征程画上圆满句号。

全运会谢幕: 跑完这场就没什么遗憾了

从17岁接触专业训练,到三度跑进2小时10分大关、两战奥运会,再到5届全运会的坚守,董国建把青春献给了跑道。而那些在柏林马拉松跑出2小时08分28秒、广州马拉松2小时09分的辉煌战绩,与全运会赛场上的起起落落一道,构成了他职业生涯的完整图景。

2009年山东全运会,初出茅庐的董国建在男子10000米决赛最后90米被反超,但仍以刷新个人最佳战绩的表现获银牌;2013年辽宁全运会,赛前夺冠呼声极高的他在马拉松比赛中发挥失常,排在十名开外,男子10000米也仅列第四名;2017年天津全运会,而立之年的他迎来生涯高光,为云南马拉松拿下30年来首枚全运会金牌的同时,实现

了个人在国内比赛的“金满贯”,随后他又在男子10000米赛场斩获银牌;2021年陕西全运会,34岁的他收获男子10000米银牌;十五运会上,他虽然未能再登领奖台,但其跨越多年的坚守本身已超越成绩。“跑完这场,就没什么遗憾的了。”赛后接受采访时,董国建语气淡然。

比赛中,身体不在最佳状态的他在35公里后遭遇体能瓶颈,“到后面都跑不动了”,但他始终保持平稳心态,“能尽量发挥自己的水平就好,拿不了奖牌也没关系”。五届全运会见证了董国建从“不问结果”到“享受过程”的心境蜕变。尽管1金3银的全运会成绩已足够耀眼,但他还是略显遗憾地说:“如果非说有什么遗憾的话,那就是场地赛拿了3枚银牌,独缺一枚金牌。”

踏上新跑道: 带领云南马拉松持续向前

十五运会之前,董国建的身份已经悄然转变。身兼云南队助理教练一职的他,训练之余还需要承担

队伍的管理工作。“训练上由张国伟教练主要负责,管理上我多担待。只不过云南队中的竞争很大,带好年轻队员责任很重。”这份压力也化为了董国建继续奔跑的动力,他表示自己不会完全告别赛场。“能参加比赛就参加,不能参加也顺其自然。”他希望自己对跑步的热爱和经验能传承下去,用“以赛代练”的方式为年轻选手树立榜样,像师父张国伟一样,成为另一面旗帜,带领云南马拉松持续向前。

“董国建参加了5届全运会,也拿过冠军,但我希望这届全运会不是他的终点,因为他还有能力。”十五运马拉松赛后,董国建的教练张国伟肯定了弟子的表现,更对他的未来寄予厚望。“从世界上看,基普乔格等高水平运动员也不受年龄限制,还在练,还在跑出高水平。希望他接下来坚持训练,继续带好云南队的新运动员。争金牌固然重要,但云南马拉松运动的发展需要他的这种体育精神。”

(下转 A06 版)

广告

2026 《都市时报》征订开始啦!

基础订阅价 140元/份

年订阅价 180元/份

赠送价值800元的小主持专业培训课程1个月(每周一次,每次2小时)或者一次少儿电视节目录制机会。

年订阅价 200元/份

除赠送套餐一项目外,以下4选1

- A: 加赠价值80元德佑洗脸巾8包或湿厕纸8包
- B: 加赠价值119.8元维达抽纸两件(48包)
- C: 加赠价值75元维达无芯卷纸3提(2公斤/提)
- D: 加赠价值72元“王老吉”刺柠吉1件

以上征订套餐只针对个人订户,公费订阅不参与

2026年度《都市时报》

公费订阅价 200元/份

公费一次性订50份以上(含50份)的客户

优惠订阅价 140元/份

在邮局订阅的个人订户请持订户凭证到昆明市西园北路新闻中心附楼3楼317领取

咨询电话—0871

64185814

