

打卡赛渐入佳境，健行人故事多多

大华府第六届“快乐健康月打卡赛”第二周(5/17-23)新闻公报

时间过得真快，一不留神，“打卡赛”已经过去两周了，41支队伍的205名队员用双脚丈量华府，用目光收集美景，用心灵感受温度，用疲惫收获成就，他们已经不仅仅是一道靓丽的风景线，而成为大家街头巷议的一个话题。每当在公园、步道邂逅疾走的同道，大家都会不约而同地相视一笑，其中的内容你懂的——哥们儿(姐们儿)，走着呢!

其实，在华府不少华人都有锻炼健身的习惯，每天走个三、五迈就跟玩儿似的，但因为没有打卡赛，难免三天打鱼两天晒网，而打卡赛的最大意义就是提醒和督促每一位参赛者，坚持完成自己的计划，兑现自己的承诺，因为身边还站着你的四位队友!

好了，下面请听本官继续聊聊打卡赛第二周有趣的那些事儿……

新闻一：如果问你，本届打卡赛最忙碌的人是谁，你未必能够马上说上来，但我说出答案，你指定不会怀疑。

打卡赛开赛至今，最忙碌的一共有俩人，他们分别是大赛裁判组的负责人张永志和彭根永，作为大赛的组织者之一，他们每天固定要做四件事，一是早晨起床后首先得查看所有队伍是否都在规定时间内填报了昨天的成绩，如果碰上有些队伍忘记填写，或者拖拖拉拉，他们就得不厌其烦地挨个提醒；第二，赶上哪个队填的成绩有误(2个迈写成了20迈)，他们都要一一核实，确保成绩真实有效；三是每到周末，就需要统计这一周各队和个人的总成绩，以激励大家的锻炼热情；四是要随时回答来自多支代表队七七八八的问题……为此，本官强烈建议，等比赛结束论功行赏的时候，应该给这两位发个特别奖，以表彰他们对大赛的重要贡献。

新闻二：当我们将溢美之词毫不吝啬地送给参赛选手时，其实还有一帮“熊孩子”同样应该得到大家的掌声，它们每天跟随主人奔跑在华府的大街小巷，尽管其成绩没有被记录，但绝不亚于主人的付出，而且正是因为有了它们的陪伴，才让主人的锻炼之旅充满了欢乐和激情。(附图1)

新闻三：前几天收到两位队长的反馈，严重表扬本队的队员，说这些队员无论是在遥远的夏威夷，还是在大西洋的邮轮上，为了不拖本队的后腿，愣是克服困难，坚持每天的锻炼。有时山里或船上没信号，还要等到有信号的地方，将自己几天来健走的截图发给队长，这两位队员分别是远亲近邻队的盛立和快乐五健客队的Anna。

黄河队的一位队长临时需要回国，行前特意将每天登记成绩的工作安排好，并表示，尽管在国内因公务繁忙会对健步带来一定影响，但保证完成每天的定额，请同队的队员放心。

新闻四：远亲近邻队的队长通过微信向组委会建议，给该队的一位大哥颁发“植物学终身成就奖”。这位大哥人在国内，每天清晨都会给大家分享他在健跑途中看到的美丽的牵牛花。那艳丽的花朵和五彩缤纷的花姿，仿佛能够穿透手机屏幕，将芳香带给各位同伴，这位队长说，别人跑步刷刷配速，窈窕跑步刷花期。(附图)

排名	队伍编号	队伍名称	两周总成绩
1	Team 22	东北同乡会3H-1队	739.73
2	Team 25	五湖四海	583.92
3	Team 20	九头鸟队	540.58
4	Team 26	3H长白山队	466.06
5	Team 12	湖南潇湘二队	456.7
6	Team 33	北维正经一队	451.58
7	Team 17	湖南潇湘六队	383.94
8	Team 28	中原龙行二队	382.01
9	Team 14	湖南潇湘三队	375.79
10	Team 8	黄河一队	372.81
11	Team 9	黄河二队	362.85
12	Team 21	九头鸟二队	356.35
13	Team 19	湖南潇湘八队	346.24
14	Team 32	人间五岳天	318.77
15	Team 1	河北勇往直前队	316.08
16	Team 15	湖南潇湘四队	299.44
17	Team 18	湖南潇湘七队	297.9
18	Team 35	健走F3	294.59
19	Team 36	鲁在脚下	293.57
20	Team 30	安徽同乡联合会皖如雷队	290.71
21	Team 6	河北远亲近邻一队	288.66
22	Team 41	湖南潇湘九队	283.24
23	Team 2	河北快乐五健客队	276.83
24	Team 34	华中师范大学校友会队	266.53
25	Team 3	河北轻松快乐一队	266.07
26	Team 7	河北轻松快乐二队	253.56
27	Team 24	河北安徽步步为赢队	242.58
28	Team 10	黄河三队	241.34
29	Team 4	河北健步如飞队	240
30	Team 11	湖南潇湘一队	236.1
31	Team 29	安徽同乡联合会皖如雷队	235.6
32	Team 40	北维家长会队	235.2
33	Team 37	浙里风光正好	233.35
34	Team 16	湖南潇湘五队	227.39
35	Team 23	东北同乡会3H-2队	226.32
36	Team 31	黄浦江弄潮儿	219.28
37	Team 5	河北远亲近邻二队	211.52
38	Team 27	中原龙行一队	206.86
39	Team 39	乘风破浪	183.89
40	Team 38	披荆斩棘	183.25
41	Team 42	快乐开心队	80.53

新闻五：两天前，黄河一、二、三队的部分队员相约来到马州美丽的鸭子湖畔，刚刚下过雨的湖边有些闷热难耐，但队员们的欢声笑语似乎稀释了酷热的气温，而四周迷人的景色与行走的黄河人仿佛构成了一幅美丽的画面——人在湖边走，美景心中留。(附图)

新闻六：本周，我又收到了几张摄影美图，与大家分享!

密林深处。(摄影:Tony)
含苞怒放。(摄影:Tony)
南非也有企鹅。(摄影:Xianfang)
人高山为峰。(摄影:Qingshou)
朝圣。(摄影:Qingshou)

新闻七：截止比赛第二周(5月17-23日)，各队总成绩如下

新闻八：截止5月23日，个人总成绩名列前茅的队员是：

本周最大的惊喜是中原龙行二队的白仁奎以187.72迈冲到了榜单的第一位，超越了几乎是不可战胜的王者赵洪，而这个总成绩相当于平均每天13个迈以上，本官为此惊呼：对于我等运动小白而言，这简直就是神一般的存在，我们好像就不在一个世界!!!

组委会对各队取得的优异成绩深感欣慰，更对大家通过锻炼所展示出来的勃勃生机与活力兴奋不已。组委会特别感谢各队队长的勤苦付出，同时，提醒所有队员，锻炼时千万要量力而行，一切以自己的快乐与健康为前提，别忘了我们的口号：快乐第一，健康第一!

好，今天的播报就到这里，咱们下周见!

(撰稿:孙殿涛,摄影:众人)

排名	队伍编号	队伍名称	姓名	两周总成绩
1	Team 28	中原龙行二队	白仁奎	187.72
2	Team 26	3H长白山队	赵洪	184.36
3	Team 20	九头鸟队	Cindy Wang	163.00
4	Team 22	东北同乡会3H-1队	Forest Sun	162.94
5	Team 22	东北同乡会3H-1队	Fred Wang	162.35
6	Team 22	东北同乡会3H-1队	Mei Sun	157.24
7	Team 22	东北同乡会3H-1队	陈颖	153.97
8	Team 20	九头鸟队	David Wang	153.95
9	Team 12	湖南潇湘二队	黄庆收	150.41
10	Team 25	五湖四海	韩世华	143.16
11	Team 12	湖南潇湘二队	Laura罗娜	130.30
12	Team 25	五湖四海	钱冬梅	124.04
13	Team 26	3H长白山队	崔静	115.29
14	Team 25	五湖四海	方黎	114.92
15	Team 6	河北远亲近邻一队	Feiran Jiao	109.25
16	Team 25	五湖四海	Steve Zhao	108.28
17	Team 19	湖南潇湘八队	李茜	105.35
18	Team 18	湖南潇湘七队	曾飞鹏	105.18
19	Team 14	湖南潇湘三队	陈慧妃	104.04
20	Team 14	湖南潇湘三队	Liubo	103.43

