

平均年龄 70岁 历经 25天骑行 2600公里

他们为梦远行 用单车丈量中国

民生
头条

□ 全媒体记者 程呈

两套骑行服、一套贴身衣物、一些修车工具……历经25天，骑行总里程2600余公里。

上个月，这群平均年龄为70岁的老人做了这件年轻人都不敢轻易尝试的事儿。

从安庆出发，经过黄山、衢州、温州、福州等城市，抵达终点站厦门，再从厦门途径瑞金、南丰等市，跨越4省，安全返回安庆。

4月1日上午，他们接受了记者的采访。谈及为何选择走这条路线，他们说，厦门是我国最早实行对外开放政策的四个经济特区之一，大家都想去一睹我国改革开放成果，返程路特地选择了瑞金等红色革命根据地，追寻红色足迹，感受历史印记，庆祝建党100周年。

一睹改革开放成果
追寻红色足迹

3月2日上午从安庆出发，安庆市自行车运动协会的6名老成员开启了一次长距离骑行，目的地是千里之外的福建省厦门市。3月16日抵达厦门，其中2位老人因家中临时有事，提前坐飞机赶回安庆，剩余4人最终成功完成了骑行，他们是76岁的王国义、74岁的秦咸驯、66岁的徐正成和66岁的程华生，接触骑行都达10年以上，4人都是共产党员，党龄最长的有40年。

一路上，4位老人骑车欣赏了黄山的春景，品尝了温州的美食，探访了红军长征启程地瑞金，感受古田会议精神……一圈下来，锻炼身体、旅游、探亲都没耽误。队员程华生



6位骑行老人途经温州留影。(采访对象提供)

作为团队“摄影师”和“后勤员”，用相机和文字记录了骑行的点滴，拍摄了1000多张照片。

“不累，很轻松。”76岁的王国义留着一缕花白长胡须，脸上总笑眯眯的，作为4人中年龄最长的，他的骑行经历非常丰富。西藏、哈尔滨、武夷山、舟山群岛……通过骑行见证了我国大好河山和现代化变迁。

领略异地美景
途中感受人情温暖

徐正成每年都要骑一次长途，骑行足迹遍布祖国的大江南北，行驶总里程达近6万公里。

4人中，秦咸驯是头一回骑长途，虽然头几天大腿肌肉出现了酸痛，但多亏了平时长期坚持锻炼，终究克服了难关，坚持到了最后。变幻莫测的天气和巨大的温差也是骑行路上的难关。“离开黄山前往温州的路上，连着下了4天的雨，气温骤降，只能穿着雨衣，放慢速度骑，耳朵都长了冻疮。随后越往南骑，气温就越高，一趟下来四季变幻都经历了。”

骑行路上，4位老人不仅领略了异地美景，还深刻体会到了人情温暖。“一路上遇到了很多好心人，担心我们体力不支，给我们买水、指

路，带领我们游玩当地的风景名胜，令人非常感动。”徐正成说，看到他们几位老人骑行，路人都竖起了大拇指，直呼了不起。

这趟长途骑行，66岁程华生特别有感触：“国家建设发展快，交通发达，社会治安稳定，为安全骑行提供了很多便利和保障，实实在在感受到祖国在一天天强大。”

全民健身
收获健康和快乐

近年来，随着全民健身工作的深入实施，户外运动不再是年轻人的专属，越来越多的“银发族”加入进来。一辆自行车，一套简单的骑行装备，即可轻松出行。

4月1日，安庆市自行车运动协会常务理事郑月光接受采访表示，近年来，提倡绿色环保、低碳出行的自行车运动不断深入人心，一边交朋友、一边锻炼、一边游玩，骑游在安庆越来越流行，上至80岁老人，下至青少年，队伍愈发壮大，大家都在享受骑行带来的快乐。

“安庆有很多骑行群体，每逢周末、假期，都会有活动。对于老年人来说，强身健体，丰富退休生活是主要目的。”郑月光说。

清明假期
继续与雨水“纠缠”
宿松、太湖、望江
局部地区昨出现小冰雹

本报讯(全媒体记者 程呈)最近的天气被雨水“承包”，雨水变着花样来袭，天气变幻莫测。“随风潜入夜、润物细无声”的春雨，在本周愣是下出了夏雨的态势，大风、闪电、雷声、暴雨……昨日凌晨相继登场，打破了午夜的宁静，扰乱了人们的清梦。宿松县、太湖县、望江县局部地区，甚至出现小冰雹，在四月天也算比较罕见了。

不过，好在最近几天的短时强降雨都是选在晚间落下，白天的雨水是温柔的毛毛细雨，对人们出行的影响不大，算是人性天气中的小幸运了。

今天是周五，安庆依然有雨，如前几日一样，阵雨较大概率会在晚上降落，白天空中云层较厚，天气阴沉，空气湿度较大，最低气温14℃，最高气温20℃。虽说白天雨量可能较小，不过雨伞还是要记得随身携带，毕竟春天的天气可是说变就变的。

再来聊一聊清明吧。清明节是个特殊的存在，在二十四节气里，只有清明既是节气又是节日。明天就迎来清明3天小长假，可以享受假期，清明的天气情况成了大家最关心的事情。

对此，记者从安庆市气象台获悉，据最新天气预报显示，清明3天的假期天气不太“乐观”：4月3日，安庆天气为小雨转阴天；4月4日，天气阴转小雨；4月5日，天气中雨转小雨。如此看来，今年的清明假期也要继续与雨水“纠缠”，户外活动和计划恐怕要泡汤。

气温方面，4月3日起，受冷空气影响，温度将略有下降。4月5日降温稍微明显，平均气温将下降3-4℃，最高气温大概在12℃，“倒春寒”感觉回归，请大家提前做好防范。

安庆火车站清明增开11对列车

4月10日新图中安庆至徐州方向有了直达车

本报讯(全媒体记者 雷琳琳 通讯员 徐满逸 实习生 唐晨)记者从安庆火车站获悉，今年清明小长假铁路运输工作自4月2日至4月5日，届时安庆火车站将增开11对列车、1趟环线列车，14对列车单组改重联，最大限度服务旅客便捷出行。

清明假期，铁路客流以旅游流、探亲流、学生流为主，客流主要集中在合肥、南京、上海等方向。根据测算，4月3日和5日为客流出行高峰日。

4月10日起，全国铁路实行新的列车运行图，届时安庆站将新增1对开往徐州东方向的列车，该列车途经宁安线转沪宁线、连镇线、徐盐

线。新图中，还有8趟列车改点。部分列车涉及到股道变更，候车室会有所变化，旅客进站后要关注大屏上的列车信息，不要跑错检票口。

相关链接

加开11对列车：

南京方向列车2.5对，分别为D9531南京南—安庆、D9532安庆—南京南、D9533南京南—安庆、D9534安庆—南京南、G9484安庆—南京南；

合肥南方向列车7对，分别为G7449合肥南—安庆、G7450安庆—合肥南、G9516安庆—合肥南、G9517合肥南—安庆、G9518安庆—合肥南、

G9523合肥南—安庆、G9524安庆—合肥南、G9525合肥南—安庆、G9526安庆—合肥南、G9527合肥南—安庆、G9528安庆—合肥南、G9505合肥南—安庆、G9506安庆—合肥南、G9515合肥南—安庆；

上海方向列车1.5对，分别为G9526上海虹桥—安庆、G9237上海虹桥—安庆、G9234安庆—上海。

1趟环线列车

G8339/42合肥南—合肥南。

14对列车单组改重联

南京南4.5对，合肥南1对，上海7.5对，合肥至上海经停安庆列车1对。



近日安庆天气情况：今日，阴有阵雨或雷雨，13-19℃；明日，小雨转阴天，15-18℃。