



栾玉帅

快递小哥栾玉帅跑进巴黎奥运会

腿上绑沙袋送快递，全马最好成绩2小时25分55秒

“即将参加巴黎奥运会马拉松大众组的比赛，希望一切顺利！”近日，快递小哥栾玉帅在社交平台分享了自己要登上巴黎奥运会赛场的消息，引发众多网友关注。栾玉帅曾在北京半马获得“非职业第一名”，被网友称为“跑得最快的快递小哥”，还曾担任北京冬奥会火炬手。

接受采访时，栾玉帅表示，要拿到巴黎奥运会马拉松大众组入场券绝非易事，需要在2023年年底拿到10万积分，还要参与抽签。“能站上奥运会赛场，是每个体育爱好者的梦想。非常期待巴黎之行，这一生可能就这一次机会，所以我一定会好好准备，争取跑出个人最好成绩。”

A 全球80万人参与，中签率极低

“梦想还是要有的，万一实现了呢？”

巴黎奥运会即将开幕，本届新设大众组马拉松比赛，面向全球的业余跑者。这将是百年奥运史上首次有大众跑者站上奥运会的赛道。

想成为巴黎奥运会大众跑者并不容易，根据要求，参赛者必须先到“Club Paris 2024”网站注册，并且将自己的运动软件与网站绑定，在2023年12月31日23点59分之前通过游泳、跑步、骑行、徒步、滑雪等不同的运动方式，累计超过10万积分，才有机会参加抽签。

网站对积分累计方法有详细规定，以1公里为单位，走路可获得5个积分，跑步10个积分，骑车2.5个积分，游泳40个积

分，滑雪5个积分。

在巴黎奥组委公布大众马拉松计划后，全球有超过80万人注册了账号，最终能够达标积分要求并且中签的只有40048人。

他虽然觉得希望很渺茫，但还是想争取一把。报名后，他一丝不苟地工作，刻苦训练。“按照积分累计规则，跑步一公里算10积分，走路一公里算5积分，骑车一公里算2.5积分，就这样慢慢地，我累积了10万积分。”如果说，攒积分拼的是实力与努力，那么，中签全凭运气。

“普通人参加奥运会，这是不敢想象的事情！”如今再提起，栾玉帅的心情依然非常激动，“正好我们公司推出了国际快

递服务，当时我就手写了一封信寄给了组织方，后来还得到组织方工作人员的鼓励，感觉训练更有劲了！”

栾玉帅透露，将于8月初从北京出发，“这是我第一次出国，公司帮我准备好签证，法国同事要给我做向导，现在我心里特别有底。”

据悉，栾玉帅将在8月10日参加巴黎奥运会马拉松大众组比赛，届时将有来自全世界各地的40048名跑友参与。根据官方信息，巴黎奥运会大众组的比赛是不设置名次奖的，主要是号召全民参与奥运。“我觉得这一生可能就这一次机会，所以我一定会好好准备，争取跑出个人最好成绩。”栾玉帅称。

B 腿上绑沙袋，边送快递边训练

1985年出生于吉林集安的栾玉帅，初中毕业后在当地小饭店当过传菜生、服务员，学过厨师，在工地搬过砖，在老家养过鸡、开过馒头店……栾玉帅说，当时母亲在北京打工，他想着能跟母亲互相有照应，于是开始“北漂”。2015年，他进入京东物流成为一名快递员。

栾玉帅与马拉松的结缘，也正是因为快递小哥这个身份。“上学的时候在班里跑得快的，当了快递员以后，跑单也算多的。”栾玉帅说，刚到北京送货时，他负责的那一片多是老旧小区，几乎天天都在爬楼，“我腿脚快、能吃苦，每天能比别人多送几十单。”不到一年，栾玉帅就成了站点的“单王”。有一年“双11”，他一天送出600多单，创了站点的纪录。

因为跑得快，送单多，栾玉帅很快就脱颖而出，被公司选中参加了2017年的北京马拉松。“因为我从来没跑过马拉松，第一次跑的时候特别累，特别难受，同事们都给

我加油打气。在他们的鼓励下，我还是咬牙坚持到了终点。虽然累，但特别有成就感，也找到了自信。”后来，他又去参加了几次马拉松比赛，慢慢就喜欢上了这项运动。

下班后，栾玉帅还要安排时间去训练，“刚开始真的挺难，快递员工作一干就是一天。刚开始同事们都觉得我很傻，累一天了晚上还去跑步，但我不觉得累，跑步时挺开心的。”栾玉帅告诉记者，基本上每月要跑400公里左右。

他还把送货当成锻炼。“卸货分拣、爬楼梯送货等都成了我的辅助力量训练。”不仅如此，他还不断在负重上增加难度，“在两条腿上绑沙袋送快递，是我的启蒙教练教我的，他也是我送货时认识的客户。”

栾玉帅告诉记者，他个人最好成绩是参加2020年南京全程马拉松，跑出了2小时25分55秒。栾玉帅在接触马拉松两年后，达到了国家一级运动员水平，几年时间一共跑了四五十场。

C 希望能健康跑到老

栾玉帅在2021年北京半程马拉松比赛中拿到“非职业选手第一名”。从第一次全马跑了4个多小时，到全马个人最好成绩2小时25分55秒，他被网友称为“跑得最快的快递小哥”。“以前我是个跑步‘小白’，现在我是老手了。全程马拉松42公里，我对自己的成绩拿捏得非常准，我预测能跑2小时30分的话，前后也就差一两分钟吧。”栾玉帅乐呵呵地说。

栾玉帅告诉记者，因为跑步，他结识了很多朋友。好多“跑友”和教练把栾玉帅的事情分享给周边朋友，或是激励自己的学生。“我听了以后，感觉很震惊。我是一名快递员，业余喜欢跑步，竟然能给别人带来正能量。”栾玉帅告诉记者，有一次他给一位大爷送救命的药，让大爷得到及时救治，让他感触很深，“工作和跑步让我逐渐找到了奋斗的意义。”

2022年2月，北京冬奥会火炬在北京冬奥公园传递，栾玉帅担任火炬手。2023年4月，栾玉帅获评全国“五一劳动奖章”。

工作近十年，栾玉帅不仅收获热爱，也在职业发展和个人成长上实现了更多可能。因为学历不高，这两年他报了公司“我在京上大学”的项目，利用休息时间学习市场营销相关的专业课程。栾玉帅特别自豪地告诉记者，他已经读到大专了，今年可以拿证了，“我以后还要报专升本。”

马上就要40岁了，在体育行业，或许很多人开始筹划“退役”，但栾玉帅希望自己健康地跑到老。“前不久在北京玉渊潭公园碰到一位84岁的大爷，今年跑完了一个全程马拉松，大家都为他点赞。他的故事鼓励了很多人，我希望我也能给别人带来正能量。”

据《扬子晚报》

“儿子，妈妈看见你结婚了！”

新郎在婚礼现场看到用AI“复活”的母亲泪流不止

“儿子，妈妈看见你结婚了。”近日，一位新郎在婚礼现场看到用AI“复活”的妈妈后泪流不止。新郎张建山的父亲在2022年遭遇意外不幸离世，母亲患肺癌于2023年5月过世。父母无法参加自己的婚礼，成为张建山一生最大的遗憾。让他想不到的是，新婚妻子瞒着他，带着他的“妈妈”来到了现场，一句“妈祝你们新婚快乐”令无数人泪洒当场。

“建山，妈祝你们新婚快乐，看见你好的，妈就放心啦”。看到妈妈出现在婚礼现场，新郎张建山的眼泪再也忍不住了，“时隔一年，我终于又看到妈妈了。”台下亲友见状无不潸然泪下。

新娘张晴告诉记者，丈夫张建山一直

保留母亲生前的照片、语音、视频等资料，“他平时是一个非常坚强的人，但每当夜深人静的时候，他总会翻看婆婆的手机，然后流眼泪。”

“婆婆无法参加我们的婚礼，他心里肯定特别遗憾。”张晴告诉记者，她在网上看到用AI“复活”亲人的新闻，于是联系了南京的张泽伟AI团队。这个团队在半年多的时间里帮助了600多个家庭实现“团圆”。

“有网友问我用AI‘复活’亲人花了多少钱？其实这个并不是看钱的，张泽伟那边并不是有钱就能做。他们认为把‘AI婆婆’带到婚礼现场特别有意义，就直接给我做了。”

张晴说，之所以在婚礼前20多天才下

定决心，是因为这件事是瞒着丈夫做的，“我想在婚礼上给他一个惊喜，又担心‘AI婆婆’的出现会给他造成二次伤害，让他的情绪变得更坏了。我纠结了很久，最后下定决心是因为我觉得以我对他的了解，他还是希望妈妈能出现在婚礼上的，哪怕只是简单嘱咐几句。”

“在婆婆治疗后期，一直都是我在照顾她，我根据她生前说话的语气，拟定了话术，并将她留下的照片视频语音都发给了张泽伟团队。”

“当时画面一出来，我整个人都是蒙的，我没想到我媳妇能给我带来这样的惊喜。不能说母亲真的来到了现场，但感觉也差不多了。”张建山告诉记者，“AI妈妈”

能动起来，能像真人一样张嘴说话，感觉母亲还在自己身边，当时非常激动。

张建山说，自己刚上台的时候就想起父母了，“我结婚比较晚，我妈妈在弥留之际，一直放心不下我的婚姻大事。现在我结婚了，爸妈不能到现场，我真的觉得特别遗憾。当时在台上看着妈妈，我很想跟她唠唠家常，告诉她，我一切安好。”

当AI团队把这段婚礼现场的视频发布到短视频平台后，感动了众多网友，有网友留言称，“泪崩了，我也想我妈了”“AI”此时的含义是爱“这才是AI存在最有价值的地方”，也有部分网友认为这是“在别人伤口上撒盐”。

面对一些质疑的声音，张晴表示，“我做这件事只是想给我爱人一个相对完美的婚礼，让他的情绪缓和一些，并没有考虑到这件事在网络上会产生什么样的影响。”张晴说，看到网友们的留言后，她和丈夫都特别赞同一位网友所说的，“至亲走了之后才明白，无论他变成什么样子，我都想和他再见一面。”

据紫牛新闻