

连续16周团体拉练

冰城跑圈有支“特种部队”

□本报记者 张美玲

37岁的高杨是一名通信技术员，业余时间他喜欢跑步，且在哈尔滨长跑界颇有名气，保持着全程马拉松2小时47分的好成绩。他组建的跑团颇为神秘，人数只有40余人，他们训练十分低调，却每每在赛事排名榜中“高高在上”，在哈尔滨跑友圈像是一支“特种部队”。



“他们训练相当刻苦”、“他们人数很少但都是精英”、“他们组织制度严格”……哈市多名跑团团长对高杨十分欣赏，并给与这支跑团高度评价。跑团名叫“残团”，因为团长高杨曾经的足球场外号叫“小残”。2016年首届哈尔滨国际马拉松赛事举行，高杨当时是踢射超联赛的烈焰足球队队员，他带动球队几名队友报名哈马，并为哈马专门组建了这支跑团。

“当年就五六个队友，到现在我把大部分队友都动员来跑步了。”高杨说。大家跑步热情很高，每次拉练全团出动，无人掉队。月跑量也逐月上涨，200公里、300公里、400公里……这些增长的数字很快体现在马拉松赛事上，队伍里全马“破三”的大神如雨后春笋。

在高杨看来，没有凭空出现的大神，在背后都有不为人知的艰苦努力。每个人站在赛道上都是平等的，你平时训练中的每一滴汗水都会体现在你的成绩上。他被称为“残神”，训练极为刻苦，出差时也要带上跑鞋，去了哪个城市都“先跑一圈再说”。



高杨

在高杨的带领下，跑团的训练强度很大。跑友大奔告诉记者，从今年四月中旬开始，跑团每周末都进行团体拉练或参加正式比赛，现已连续进行了16周。他在2018年加入跑团，被跑友的努力深深感染：“伴随着每一步迈出的里程，每一次心率的跳动，日积月累，年复一年，队友们都磨练出了坚持到底、永不放弃的勇气和毅力。每跑一次，就争取提高一点，速度就是这么提上来的。”

跑友大胤从2017年开始跑马，目前只参加过3场马拉松赛事，却跑出了2小时58分的PB。“如果不加入跑团我也不可能这么快就破三。队伍里专业的训练指导、专业的数据统计人员给了我很大帮助。”不仅有“高手指路”，他自己也毫不放松，赛前月跑量能达到300公里。

这支神秘跑团也许并不神秘，他们在平常的每一天里默默咬紧牙关，自我超越、自我挑战，可大家都知道，他们，总有一天会在万人奔跑的赛道上遥遥领先。

没有凭空出现的大神

每天咬紧牙关自我超越

穆雷宣布2019重返中网



8月11日，男子网坛四巨头之一、英国球王穆雷确认将参加2019中国网球公开赛的角逐。加上之前公布的蒂姆、西西帕斯、卡恰诺夫、梅德韦杰夫、弗格尼尼、阿利亚西姆，中网男单阵容已经拥有多位实力悍将和超级新星。

穆雷与中国网球公开赛颇有渊源。2010年，23岁的穆雷首次亮相北京打进八强；2014年，穆雷以大满贯冠军和奥运金牌得主的身

份再次回到中网，最终与德约科维奇在半决赛中上演精彩绝伦的对决；2016年，带着第二座温网冠军和第二枚奥运金牌重返北京的穆雷，一路过关斩将，收获自己的第一座中网冠军奖杯。

□据《北京青年报》报道

第35次摘得大师赛冠军

谁说纳达尔只在红土横?



ATP罗杰斯杯12日清晨在加拿大蒙特利尔结束，纳达尔横扫梅德韦杰夫，第35次摘得大师赛冠军。这是纳达尔首次在硬地赛事中卫冕，保住世界第二排名的同时，也确保他将以2号种子出战随后的美网。

“这是我表现最好的一场比赛了。”对于首次在硬地赛事中卫冕，纳

达尔称这只是一项数据而已，自己更在意的是这个冠军，尤其还是一个大师赛冠军。至于能否参加本周的辛辛那提大师赛，纳达尔将会和团队商量后再决定。

此外，这也是纳达尔的第20个硬地赛事冠军，就此成为男子网坛第5位能在不同场地至少拿到20冠的球员。

□据腾讯体育报道

公告

本人李保成，拟向不动产登记机构申请按照历史遗留问题零散户办理不动产权登记，拟登记不动产坐落于道里区阳光颐养花园9栋3单元5层3号，房屋用途为住宅，建筑面积46.14平方米。本人承诺该不动产权属无争议，所提供申请材料均真实有效，并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。如有异议，请自本公告之日起十五个工作日内（2019年9月3日之前）将异议书面材料送达不动产登记机构。逾期无人提出异议或异议不成立的，不动产登记机构将予以登记。

异议书面材料送达地址：道里区经纬七道街3号
联系方式：87630943

公告人：李保成
2019年8月12日

公示

根据哈政办[2018]41号文件精神，本人王秀清，身份证号232101197301201825，现为坐落于哈尔滨市道里区群力新苑A区24栋1单元403室房屋的受让人，该房屋用途为住宅，建筑面积48.81平方米，该房屋原所有人朱丹，公民身份证号23010219940121482X已将该房屋实际交付本人，由本人实际占有，原房屋拆迁协议号01080066193。本人自愿承诺该不动产权属无争议，申请不动产登记所提供申请材料均真实有效，并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。

承诺人：王秀清
2019年8月12日
如有异议，请自本人公告之日起十五个工作日内，将异议书面材料共同分别送达哈尔滨市不动产登记交易事务中心群力分中心，哈尔滨市土地储备中心，哈尔滨市综合开发建设有限公司。

异议书面材料送达地址：哈尔滨市不动产登记交易事务中心群力分中心，道里区鹤岗中路352号，电话：0451-85986641。哈尔滨市土地储备中心，道里区峨山路163号，电话：0451-87608086，87608089。哈尔滨市综合开发建设有限公司，群力家园A11栋，电话：0451-82368211。

公示

根据市政府关于历史遗留不动产权办理的相关规定，现对以下房屋的不动产权所有人公示如下：

- 本人王君胜(身份证号230104198902180611)现为哈东新区E5栋2单元4层2号房屋的受让人(房屋建筑面积61.18平方米)，原房屋所有人赵玉波，原房屋拆迁协议号：01080190901，该房屋现已实际转移至本人。本人王君胜已自愿做出承诺，并将以该房屋所有者的身份，申请办理该房屋《不动产权登记证》相关手续。
- 本人李茂军(身份证号230105196811102316)现为哈东新区D8栋3单元5层1号房屋的受让人(房屋建筑面积52.75平方米)，原房屋所有人李培森，原房屋拆迁协议号：01080191543，该房屋现已实际转移至本人。本人李茂军已自愿做出承诺，并将以该房屋所有者的身份，申请办理该房屋《不动产权登记证》相关手续。
- 本人赵爽(身份证号230104198502287727)现为哈东新区D4栋6单元7层2号房屋的受让人(房屋建

筑面积55.45平方米)，原房屋所有人段晓辉，原房屋拆迁协议号：01080192028，该房屋现已实际转移至本人。本人赵爽已自愿做出承诺，并将以该房屋所有者的身份，申请办理该房屋《不动产权登记证》相关手续。

●本人孔繁臣(身份证号230105195907072313)现为哈东新区E5栋4单元3层1号房屋的受让人(房屋建筑面积51.35平方米)，原房屋所有人张淑清，原房屋拆迁协议号：01080190382，该房屋现已实际转移至本人。本人孔繁臣已自愿做出承诺，并将以该房屋所有者的身份，申请办理该房屋《不动产权登记证》相关手续。

如对上述房屋所有人存有异议的，请在此公示公告发布之日起15个工作日内，向哈尔滨市道外区棚户区改造工作领导小组办公室和哈尔滨市不动产登记交易事务中心道外分中心提出异议申请，请求暂缓办理《不动产权登记证》相关手续。

哈尔滨市道外区棚户区改造工作领导小组办公室，地址：道外区兴业街157号409室；电话87822575
哈尔滨不动产登记中心道外第二分中心，受理地址：道外区南直路703号，电话：87072843

公示

根据哈政办[2018]41号文件精神，本人王艺衡，现为坐落于哈尔滨市道里区中兴小区16栋1单元16层1号房屋的受让人，该房屋用途为住宅，建筑面积86.81平方米。该房屋原所有人宋桂芝已将该房屋实际交付本人，由本人实际占有，原房屋拆迁协议号01090280067。本人自愿承诺该不动产权属无争议，申请不动产登记所提供申请材料均真实有效，并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。

根据哈政办[2018]41号文件精神，本人孙智伟，现为坐落于道里区爱建路中兴家园1号楼1单元1403号房屋的受让人，该房屋用途为住宅，建筑面积80.85平方米。该房屋原所有人孙宏光(孙智伟)已将该房屋实际交付本人，由本人实际占有，原房屋拆迁协议号01110470849。本人自愿承诺该不动产权属无争议，申请不动产登记所提供申请材料均真实有效，并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。

根据哈政办[2018]41号文件精神，本人王军，现为坐落于爱建路62号中兴家园3栋2单元2601号房屋的受让人，该房屋用途为住宅，建筑面积74.93平方米。该房屋原所有人高瑛已将该房屋实际交付本人，由本人实际占有，原房屋拆迁协议号01110471469。本人自愿承诺该不动产权属无争议，申请不动产登记所提供申请材料均真实有效，并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。

如有异议，请自本公告之日起十五个工作日内，将异议书面材料共同分别送达哈尔滨市城市建设投资集团有限公司和哈尔滨市不动产登记交易事务中心道里一分中心。

异议书面材料送达地址：
哈尔滨市城市建设投资集团有限公司，道里区顾新路329号，联系电话0451-84368319。
哈尔滨市不动产登记交易事务中心道里一分中心，道里区经纬七道街3号，联系电话0451-87630943。

