

厕所比去年增三成 防寒布变成擦汗巾 上马细节重中之重



■ 上马吸引越来越多的长跑爱好者
本版图片 丁

还记得北马“尿红墙”的一幕被网友晒在网上成为焦点吗?虽然,上马以往并未出现类似的现象,但赛事组委会考虑到尽自己所能为选手提供服务,决定在今年上马全程多提供 30% 的厕所,让大家“方便”更方便。赛事副总监蒋珺介绍:“厕所主要增加在人群密集的起终点,方便选手们如厕,跑得安心。”今年上马从过去由政府主导、临时组建组委会的办赛模式,转变为政府将主办权委托给专业公司运作。这多出的 3 成厕所只是赛事服务“加码”的一个缩影。

上海国际马拉松赛筹备工作进入全面冲刺阶段。昨天下午,赛事组委会召开第二次工作会议,副市长、组委会名誉主任赵雯出席,对做好赛事安全保障和服务工作提出要求。赵雯指出,组委会各成员单位要增强大局意识、安全意识、责任意识,全面开展隐患排查,细化完善应急预案,开展全员培训和安全提示,确保赛事平安有序、精彩欢乐。

和以往的上马不同,比赛今年提前一个月进行。这样一来,气温提高,而且也可以避开雾霾严重的时间段。昨天,市气象局负责人透露,11月初遭遇空气重度污染的可能性很小,气温相对更适宜跑马拉松。不过时间提前一个月,气温升高近 10℃,原本防寒变成了降温。为此,赛事组委会将往年在终点提供给每位马拉松选手的塑料防寒布,换成一条毛巾,供选手擦汗。

安全是赛事组织的重中之重。组委会将根据天气状况和参赛选手的情况,通过短信温馨提示、举办运动安全讲座,并与媒体合作开设参赛安全知识专栏等举措,全方位、多渠道地加强安全宣传教育,为跑友提供科学、专业的路跑知识。

比赛当天,沿途有 200 多名医务人员保驾护航,并设有 20 辆救护车和 15 个医疗站。一路上还会有专业医务人员携带心肺复苏仪,处置突发情况。

今年上马沿途将设置 3 个能量补给站——分别位于半程项目的 17 公里处和全程项目的 27 公里、37 公里处。选手们可以在这 3 个区域给自己“加油”,但要注意的是,适量补给,以免出现消化系统不适。

组委会还将在倒计时 10 天举办上马进社区活动,在社区宣传阵地上,进行文明上马的口号宣传,并通过媒体发布文明观赛、文明参赛的倡议。光明乳业股份有限公司、上海东浩兰生赛事管理有限公司和本报共同举办的“光明随心订”我为上马献一计”活动也将于倒计时 10 天时进行颁奖。

本报记者 钟喆

「金点子」助力上马活动即将收官

本报讯(记者 钟喆)我的赛事我做主!本报日前推出的“光明随心订”我为上马献一计”活动,得到广大马拉松爱好者的积极响应,大家纷纷通过各种方式献计献策,充分体现出对上马这一申城金牌赛事的关爱之情。

光明乳业股份有限公司、上海东浩兰生赛事管理有限公司和本报 3 家单位,今年联手打造“光明随心订”我为上马献一计”活动,广大跑友将自己的“金点子”发送至邮箱 xmwbyb@sina.com,或留言给“新民体育”微信公众号,并附上您的姓名和联系方式,助力上马越办越好。目前为止,大批热心市民提供宝贵建议。活动即将截止,请热心市民和跑者尽快把您的金点子发送到指定的邮箱和微信公众号。

“金点子”选登

汪志强:上马作为全国乃至全球都非常有影响力的马拉松赛事,应在奖牌设计上多做文章。比如,杭州马拉松的奖牌设计,每年取当地一景,十枚成一套,鼓励集齐全套奖牌,培养上马忠实粉丝。也可以参考 TNF100 北京国际越野挑战赛的奖牌设计,背面留出空白可以刻上自己的名字成绩或者其他励志的话。还可以提前设计几套奖牌样式放在官网上让选手投票选择选手心目中的理想奖牌,这样可以增强选手的参与感与满意度。

薛刘英:征集一首上马之歌。通过各类媒体,征集一首体现上马特色的歌曲,耳熟能详,优美动听。以优美的旋律,将上马形象转为人们耳熟能详的美丽音乐,在市民中广泛传唱中,让上马得到更有声有色的宣传。歌曲可以制作成手机彩铃。把彩铃设置在组委会办公电话机和工作人员的手机上,同时上传到互联网上,供手机用户下载,让彩铃以一传十、以十传百,大力宣传上马。

薛汉珍:设立上马流动涂鸦布。在起点上海中山山东一路外滩陈毅广场,定做一幅长达 42.195 米、高 2 米的白色涂鸦布,邀请有关领导、组委会工作人员及参赛者进行签名,由组委会保存起来,很有纪念与收藏价值。

许玉法:办好上海国际马拉松赛,以每年 9 月的上海旅游节为契机,通过上海国际马拉松赛车巡展等活动,宣传上马、展示上马、推介上马,全面提升上海国际马拉松赛形象,扩大社会影响力,将每年一次上海国际马拉松赛,打造成为上海一张名片,成为马拉松运动爱好者节庆狂欢盛典。

上有大师赛 下有一二三

——上海业余网球运动推广风生水起

上海业余网球运动推广风生水起热闹一周的上海网球大师赛落下帷幕,上海网球的热潮却并未褪去。上周日,“城开杯”上海网球俱乐部秋季公开赛开拍,沪上业余大师们鏖战上海国际网球中心。而本周日,“城开杯”上海高校网球锦标赛揭幕。城市网球运动热潮滚滚而来。

在市教委、市体育局和社会各方支持下,上海城开携手上海市网球协会推出《上海网球 123 推广计划》,引进源于美国国际职业网球教练资格认证“PTR”;引进源于国际网球联合会 ITF 中国网球协会的快易网球教学;引进源于西班牙网球教学系统“Jiang & Torner Tennis System”;三大国际网球先进教学理念方法系统,结合国际网球联合会网球等级测评系统 ITN,全力专注于服务青少年、高校、社会三大领域网球教学水平提升,助力申城网球发展,十四年来开创一片新天地。



■ 沪上高校开设网球课,推动网球运动的发展

网球走进中小学

过去 10 年,从 2003 年上海青少年体育俱乐部网球项目推广、2006 年上海市学生网球大联赛、2010 年上海青少年网球特色学校建设、2013 年上海市网球协会球童选拔等一系列活动中,全市 17 个区县 38 个青少年体育俱乐部、19 所中小学,有数万名青少年参加。上海学校网球在国际、国内网球专家的科学教学指导下,开展网球基础教学课程,培训合格的网球教练,努力将网球教学融入到九年义务教育之中。“寓教于乐”网球教学概念被全新演绎。将网球游戏融入青少年日常生活和比赛中,引发更多学生的兴趣。让青少年朋友体会到网球运动乐趣。为上海青少年网球的普及打造一个全新平台。目前上海已有近 40 所中小学,4000 多名学生参加校园网球运动。

高校网球多亮点

足球、篮球、排球,高校三大球的“三足鼎立”已被打破。如今被“天之骄子”宠爱着的,还有小小的网球!上海 58 所大专院校,已有 22 所高校开设网球课,拥有网球场 125 片,选修人数超过 3000 人/每学期,每年有近万名学生选修,网球教学体育老师近百人。从 2002 年开始,城开杯上海高校网球锦标赛、2006 年上海高校网球大联赛、2012 年上海大学生网球协会成立。上海高校网球运动开展从 6 所学校发展到如今的 30 所,上海网球 123 全面有力推进了上海高校网球运动的开展。上海大学就是其中的佼佼者。他们已设立了 ITN 测评基地,实施了高校教师网球专项培训。学网球,兴趣是第一要素。上海网球 123 推动国际间交流,让更多的高校了解西方网球文化和教学方式。走出去,请进来,学校网球俱乐部的活动也发展得如火如荼。依托大学生网球联赛平台,建立以创新人才培养为核心的培养模式,是上海网球 123 高校网球发展的一个目标。

社会网球热力足

在全市,《上海网球 123 推广计划》开展点面结合的办法,举办大型公开赛,结合网球技术测试和业余选手等级认证等手段,如 ITN 网球登记测评,累积到一定人数后进行分级比赛;点上面组织行业协会、俱乐部之间的网球交流赛事,发展团结一切可支持社会网球发展的力量,组织全市各区网球协会交流赛。此外,教练员、裁判员专项培训也在紧锣密鼓地进行中。从国外引入先进的教学器材后,再集中社会资源,把更国际化专业的网球技术传入上海。

“寓教于乐国际化”注重网球体育是教育的一部分,是培养人格技能的有效手段,开展国际交流娱乐服务是未来《上海网球 123 推广计划》的核心指导思想。

《上海网球 123 推广计划》在市网协、上海城开集团和社会各界支持下,以“专业、创新、服务”为理念,将国际先进的网球运动管理运作经验和理论融入到上海网球的普及和发展中来,上海网球 123 正以稳健的步伐迈入下一个十年。 本报记者 华心怡



“空中 F1” 争当第一人

本报张家界今日电(记者 李元春)第三届红牛翼装飞行世锦赛日前在张家界开幕,代表当今世界翼装飞行运动最高水平的 26 位顶尖翼装高手齐聚天门山之巅,再决谁是世界上飞得最快的人。

作为人类无动力飞行的“最高级”,翼装飞行运动自上世纪 90 年代问世以来,一直以“惊险奇绝”著称,参与者不足 1000 人。2012 年,红牛公司与世界翼装联盟、张家界天门山股份有限公司共同创办了全球第一个翼装飞行竞速比赛——红牛翼装飞行世锦赛,入选《时代周刊》全球 25 大发明,被誉为“空中 F1”。

本届世锦赛从 10 月 14 日开始,来自 14 个国家的 26 名选手将依次进行淘汰赛、排位赛和决赛,最终在 19 日决出冠军。和前两届比赛相比,今年的比赛在规模、赛制和赛道等多方面都进行了升级,比赛首次采用更加直观和刺激的“双人 PK”淘汰制,赛道也由大回环改为直线竞速,飞行距离也延长至 2 公里左右,这无疑对参赛选手提出更高难度的挑战。在 1100 米垂直落差的赛道上,选手预计用时约 40-50 秒完成比赛,最高时速可达约 200 公里/小时。