

A13

你跑出欢乐  
我付出辛劳

——记为上马服务的小人物们

# 文体汇



扫一扫添加新民体育、新民演艺微信公众平台

本报文体中心主编 | 总第 44 期 | 2015 年 11 月 8 日 / 星期日 首席编辑 / 蒋家凤 视觉设计 / 竹建英 编辑邮箱: xmtyb@xmwb.com.cn

## 布马 你跑 法马 他跑 上马 我跑 马不停蹄 跑出精彩

### 共同打造国际范的马拉松“老字号”



#### 我在现场

一路奔跑一路歌，我们遇见彼此。今天，上海是你的，上海更是世界的。二十岁，上海马拉松迎来花样年华。这里有斩钉截铁的步点，这里有啧啧感叹的流连，这里也有相亲相爱的情谊。上马与它的小伙伴们，一同经营——打造国际范的马拉松“老字号”。

#### 特色先行 布马音乐主题



匈牙利布达佩斯马拉松赛的赛事主管考克西斯亲历「上马」

阿尔佩德·考克西斯是匈牙利布达佩斯马拉松赛的赛事主管，今年他第一次来到上海。“我们布达佩斯赛事刚刚度过了 30 岁的生日，算起来，我们是‘大哥哥’。”布马今年的参赛人数达到 2.8 万人，其中只有 7000 人是参加马拉松跑，其他都是健康跑的参赛者。这其中，还有 20 名中国人。“我们的赛事被分成了两天，共有 9 个项目。和你们上海的比赛相似，我们有五公里跑，还有 600 米家庭跑，3x2 公里接力跑，400 米残障人士跑等等。”在考克西斯看来，马拉松赛不仅是体育活动，更是体育生活。“将尽可能多的人吸引进来。在布马，你会经过许多著名的景点，比如，链子桥和国会大厦。”

布马不仅有更低门槛的跑距，还有更让人嗨翻天的创意。其沿途设置了 38 个音乐点，“每个点都会有不同的音乐主题。比如这个点是迪斯科音乐，下个点是摇滚乐，再下个点又是古典音乐……你会跑过美景，跑过历史，并且从一开始到结束，你都会沉浸在音乐中。”今年，布马的观众达到 10 万人。

考克西斯不仅是来上马考察、学习、交流的朋友，他还是上马的参与者，“跑一个半马，亲自感受一下上海马拉松赛的魅力。”

#### 生活植入 法马聚集人气



法国罗纳阿尔卑斯大区田径联合会主席法拉利在「上马」

运动，不仅仅是运动；赛事，也不仅仅是赛事。所有外延的产业与可能性，都将极大地促动其本身的发展与壮大。

法国罗纳阿尔卑斯大区田径联合会主席马塞尔·法拉利是上马的老朋友，今年他第五次带团来到上海，“最多的一次来了 70



二〇一五年上海国际马拉松赛今晨在外滩金牛广场起跑 本版图片除署名外均为 记者 周国强 摄



上海市委副书记、市长杨雄（右一），上海市副市长赵雯（左一）共同为「上马」鸣枪发令 通讯员 高宇辰 摄

## 上海体育的又一张“名片” 市长为上马鸣枪

本报讯（记者 厉苒苒）今年上海国际马拉松赛 20 周年。今天上午，上海市委副书记、市长杨雄，上海市副市长赵雯，中国奥委会副主席、中国田径协会顾问崔大林等共同为 2015 上海国际马拉松赛开跑鸣枪发令。

犹如绚烂的彩带，蒙蒙细雨之中，来自 85 个国家和地区的 35000 人从黄浦江畔外滩金牛广场起跑。中外选手组成的七彩人潮，为申城描绘绚丽画面。全程马拉松、半程马拉松、10 公里和健身跑的参赛者们倾情投入，共享运动欢乐。

多个人参加比赛呢。”罗纳阿尔卑斯大区共有里昂、勃艮第、安纳西三个马拉松赛事。“我们更愿意把这些赛事与生活结合起来。比如勃艮第是红酒区，你可以带着朋友跑个马拉松，然后去酒庄里品红酒度个周末。又比如，安纳西是靠近瑞士著名的度假胜地，有湖有山美不胜收，最适合一家人的度假。”这三个赛事，都已经有 15 到 20 年的历史，在当地已经发展起比较成熟的马拉松产业链。“跑步不是目的，而是他们休闲的一种方式，并且这是一种持续性的休闲，可以带动其他娱乐活动。”

找准赛地的属性，因地制宜地推广卖点，方可聚集人气。“上海是座美丽的城市，来多少次都来不够，你们可以更多地开发上马的衍生产业。五年来，我亲眼见证上马从精英赛事变成全民节日，这是一个非常聪明，也很成功的转型。”

#### 乐享派对 上马更显人性

“我爱，我在”，上马 20 年，凝聚起城市的正能量。健身嘉年华，政府来保障。今年“上马”

相比昨天的闷热难耐，今晨舒适的气温和良好的空气质量，有利于马拉松赛顺利进行。最终，来自肯尼亚的男子马拉松选手卡帕姆巴率先冲过终点线，历时 2 小时 07 分 14 秒；肯尼亚女选手齐亚拉以 2 小时 26 分 23 秒获得女子马拉松冠军。

在经历了 19 年的长跑，从第一届 5000 名选手发展到现在参赛名额一号难求，吸引 35000 名选手参赛，上海国际马拉松赛已经成功打造出市民健身的一个品牌，正逐渐发展成为与这座城市交相辉映的赛事，上海体育的又一张“名片”。

的后勤保障服务更加贴心和人性化。例如今年仅起点就配备了 316 只移动厕所，赛事沿途每 2.5 公里处设置厕所。从 7.5 公里起，每 5 公里都配备了用水站。组委会还在终点处为全程、半程马拉松完赛的选手准备了大毛巾，沿途设置了 3 个补给站，共准备了 4.1 万份补给，终点还为选手们准备了 2.4 万份小食品，供选手及时补充体力。对于参赛选手关注的比赛日天气问题，赛事组委会办公室与上海气象和环保部门一直在密切关注。为了更好地服务参赛者，组委会按惯例在比赛前 7 天就以每天温馨提醒的方式，告知赛前准备工作、赛前训练以及饮食方案等信息。市体育局副局长、组委会执行主任孙为民表示：“要尽可能服务好广大跑者。”

跑步，让更多市民关注他们所居住的环境，关注城市绿地建设、城市污染治理。未来，上马的目标将从成功的赛事发展为成功的品牌。在更广泛的城市人群中引领健康积极的生活方式，将赛事体现的城市精神打造成影响广泛的时尚文化，并形成产业链，带动更多相关产业的发展。上马，走向更多个 20 年。首席记者 华心怡

#### 记者手记

## 我爱 我在

20 年，刹那芳华。这座城市，速度总让人啧啧称奇。建起高楼大厦，凝聚和谐能量……连跑步这样再小不过的事，也以神速，风行起来。

过去四五年，马拉松成了时髦的话题。跑团越来越多，报名越来越难，效应越来越热，似乎，不跑步，就落在了人后。村上春树那本《当我谈跑步时我谈些什么》更是成为跑者们的精神纲领。街头巷尾，阿伯穿着无袖背心，或赤膊上阵，一脸笃定与从容。奔跑中，散发着市井的温度。更多的，是年轻人。炫酷的跑鞋，霓虹的衣衫，迈出的每一步，是对未知的探索，有着小小的不确定，却包裹着青春的无所忌惮。

跑步的人，都是有爱的人。他们，爱上海。历史感，是所有马拉松赛事的关键词。纽约马拉松，穿过五大区，跨过纽约大桥；柏林马拉松，路过勃兰登堡门；芝加哥马拉松，穿越 29 个不同族裔的社区。一座城市的历史文化内涵，通过经典的人文景观呈现。跑过花岗岩筑就的外滩建筑群，跑过旧上海风情的金陵路骑楼，跑过“中华第一街”南京路的繁华，跑过石库门风味的新天地。爱上海，这座摩登又文艺的“魔都”，包容四海来客，接纳五湖文化。

他们，爱生活。健康是幸福感的第一来源。跑步作为一项低门槛、低投入的运动项目，在普及运动习惯、增强市民体质上具备先天的优势。跑步还成为很多都市人释放压力的渠道，唤醒了都市人自我挑战的意识。哪怕只是走到终点，哪怕只是快了一秒，也是对自己的一种肯定。跑步已超越体育范畴，任何人都可以通过参与运动获取身体和自我的认同！

他们，爱自己，爱自己所爱之人。钢筋水泥的城市，奔跑给了我们一个机会，冲脱了虚拟的网络，用双脚认识自己，认识朋友。人与人，不再冰冷对视，而是含情相望。

奔跑的城市，移动的风景，更好的自己。因为有爱，所以长存。上马，许他一个天荒地老的未来。 华心怡