

# 响应环保倡议，让赛事更绿色

本版撰稿 章丽倩

今年7月1日，《上海市生活垃圾管理条例》开始实施，我们生活的这座城市正式迈入到垃圾分类时代。如今，四个月过去了，在上马即将开启的赛道上，垃圾分类的话题再受瞩目。扔垃圾，需分类，塑料水瓶将回收，制成周边商城见——这些赛道上的环保亮点，你都了解了吗？

## 垃圾分类大考能顺利闯关吗

跑步是一项基础运动，虽然“素净”，却也能玩出不少创意来。比如近几年，一项名叫“plogging”的慢跑运动就渐渐攒起了知名度。所谓“plogging”，其实是瑞典语中“plocka”（捡垃圾）和“jogga”（慢跑）两个单词的合成词，指的是一种边跑步边捡垃圾的绿色运动新方式。

想要让自己成为上马赛道上的环保跑者，不需要像“plogging”那般在捡垃圾这件事上费心，只要弄清如何为随手产生的垃圾准确归位就行了。不过，这次的“考点”你真的掌握了吗？在马拉松赛中做好垃圾分类，这其实是一次情境答题，即便对已经接受了近半年垃圾分类训练的上海跑友来说，也可能小有难度。

湿纸巾、干纸巾、一次性纸杯、一次性雨衣、号码簿、别针、赛事包（塑料）、完赛毛巾、能量胶的包装、凡士林的包装、纱布、棉签、胸贴……这些马拉松比赛中常见的物品，都属于干垃圾。去除包装后的食品，如能量胶、巧克力、盐丸这些则都是湿垃圾。另外，将饮用水或饮料喝干净后的塑料瓶、纸质赛事手册、参赛T恤等，这些则在可回收物的范围里。当然，如果你临到要扔垃圾时突然有点犯迷糊，赛道附近的垃圾桶或垃圾池旁边都会配有志愿者，你可以得到及时的提醒。



## 垃圾分类新风尚 各个环节有对策

亲近自然无能耗，强健身心迎挑战，凭借这些“标签”，马拉松于近年中成为了不少人心目中绿色运动的代名词。不过，在这番欣欣向荣景象的背后，也有一个不容回避的事实：与马拉松赛事规模一并增长的，除了跑友们的专业性与热情外，还有大量伴随赛事而生的垃圾。

为响应相关环保倡议，作为上海城市名片的上马将在本届赛事中推出一系列措施，以便让赛事更绿色，同时也让更多人可以在跑步之余，为环保事业也献出一份力。其中，垃圾分类便是一大要点。

今年上马的选手规模与去年持平，仍为38万人。当如此众多的跑友汇聚一处时，无论是哪方面的赛事服务，都会面临压力。为了既能做好垃圾

分类，同时也尽可能不影响选手的热身和参赛节奏，上马组委会根据起点、途中、终点的不同特点，给出了各有针对性的现场垃圾收集方案。

马拉松起点处，人流向来密集，垃圾产出量会在集结时段里急速攀升。所以，此番上马组委会除了会将起点处的垃圾桶由往年的普通款换成垃圾分类款外，还会特别派出志愿者在垃圾桶附近进行分类指导。组委会常务副秘书长周瑾表示，上马的参赛者拥有五湖四海的背景，若有人来自于尚未开展垃圾分类的城市，那在扔垃圾前找志愿者多问两句，就显得很有必要了。如果选手们碰到了“傻傻分不清”的情况，服务于垃圾收集点的志愿者们只要瞧见了，也会主动帮忙。

与起点相比，终点处的情况同中也有异。受关门时间影响，终点的服务时间在整个路线中最长；另外，考虑到选手们完赛后的身体疲惫程度，所以组委会将在赛后流线图中相应增加垃圾分类垃圾桶的布点。

整个比赛过程中，论垃圾分类最受挑战的环节，还得数分布于整个赛道、为选手们及时“充电”的饮水饮料站和能量补给站。往年，当大量选手集中通过这两个站点时，便是站点志愿者和工作人员最忙碌的时候，此番再加上垃圾需分类，他们还忙得过来吗？再者，在身体渐渐疲劳的长距离跑步过程中，选手们看到一溜排开的垃圾桶，还能分得清到底该往哪儿扔吗？

其实，上马组委会早就考虑到了这些难点，并给出了对策。一方面，由

于垃圾分类这部分新增的现场工作量，今年上马志愿者的总人数有所增加；另一方面，他们对饮水饮料站和能量补给站的垃圾收集方案并没“一刀切”，而是因地制宜。比如，选手们在经过饮水饮料站时，所产出的垃圾其实就是用完后的一次性水杯，所以主要需求只是大容量的干垃圾池。而能量补给站的话，由于还涉及到吃剩下的香蕉、能量棒等食物，所以干、湿垃圾池将是那里的重点。

垃圾分类新时尚，绿色上马在行动。在此，组委会向所有选手发出倡议，无论你来自哪里，都希望能积极地加入到垃圾分类的行动中来，为上马又一年的圆满“冲线”献出一份力。

## 水瓶回收大行动 公益周边商城见

环保与公益，在今年的上马赛道上，它们以更紧密的姿态走到了一起——上马GR计划。

一场马拉松赛消耗的饮用水和其他饮料是数以十万瓶计的，随之产生的大量废弃塑料瓶该如何处理，也成为了一个问题。如果把它们填埋到地下，可能要在500年后才可被完全降解。那么，有没有更绿色环保的解决方法呢？用科学的力量去开拓再利用的空间，这是近几年兴起的趋势，正是受此启发，“上马GR计划”诞生了。GR，Green Runner，这次选手们可以带着绿色环保的理念，一起起跑。

目前，PET塑料瓶被广泛用于包装饮用水、碳酸饮料、果汁、茶饮料等，但你可知道，PET塑料瓶在被循环再生后，也有着不错的再利用前景。8个

PET塑料瓶“等于”一只环保抽绳袋，13个PET塑料瓶“等于”一件环保雨衣——目前，上马已经在它的官方商城中预售起了这两样公益环保商品，最后售卖所得都将汇入“上马公益”基金。

既为环保献了力，又丰富了公益基金的入项，上马组委会常务副秘书长周瑾表示，这是他们的一次全新尝试。“往年，上马也会对包括塑料饮料瓶在内的垃圾进行处理。我们这次的‘上马GR计划’，就是对在赛道垃圾中占到了大比例的塑料饮料瓶利用起来，并最终反哺到‘上马公益’。”

一场数万人参加的马拉松赛，会消耗掉大量的饮水饮料，但其实，相当大部分的塑料瓶回收工作都可以随着比赛的举办同步进行——这也正是上

马此番开展塑料瓶回收大行动的重点所在。此番，上马会在起点与各个补给点设置“PET瓶自动回收机”，选手们只需在各站点将使用过的塑料瓶交给志愿者或者投入回收机，就可助力“上马GR计划”。赛后，这些被回收的塑料瓶将由组委会交到专业环保机构手中，再变废为宝。

从被回收的塑料瓶，到包装出厂的雨衣和抽绳袋，这其中得经过五个步骤：第一步，对回收来的塑料瓶进行切片、分拣和清洗；第二步，对它们进行高温消毒，并把它们制成再生颗粒；第三步，抽丝，即对那些材料进行融化，并拉丝成为纤维；第四步，先纺成纱线，再织成布料；第五步，用这些布料来制作环保雨衣和抽绳袋。

目前，这两件公益环保产品已在

上马商城以预售方式上架。从外观来看，它们都有着非常鲜明的上马印记，除了赛事的中英文全称外，在雨衣的左袖和抽绳袋的背面还有“42195”（代表全程马拉松42.195公里）的字样。周瑾透露，这部分售卖所得最终会汇入“上马公益”基金，用于帮助社会弱势群体强身健体，推动群众体育等体育公益事业的发展。

2015年，上马在赛事二十周年之际成立了“上马公益”基金，在经由五年努力后，这场“爱的马拉松”已在跑友们和更多社会力量的支持下步入正轨。另外值得一提的是，今年上马也依旧设立了慈善跑者名额，共500席，这部分慈善捐赠金也会进入到“上马公益”基金。

