

规模“做减法”，流程“做加法”

本报记者 章丽倩

今年上马的赛事官宣，较往届晚了两个多月；今年上马的项目设置和选手规模，较往届有了明显收缩；今年上马的装备领取和起点检录，较往届多了一些预约与核验的流程；今年……对比之下的不同，还能列举出不少，所有这些都与2020年的特殊背景有直接关联。而在规模“做减法”，流程“做加法”的背后，2020上马还有一些你可能不知道的事。

那些你可能不知道的事

通常，上马会在每年七八月份进行赛事官宣，然后，组委会、跑者、志愿者、媒体等都会进入到“预备起跑”状态。然而，今年的情况却不同，赛事官宣较去年足足晚了两个多月。

到底办不办、什么时候办、具体怎么办？“几乎每天都有人问，有时是赞助商，有时是别的合作伙伴，还有的是喜欢跑步的朋友，关注的人非常多。”上马组委会常务副秘书长、上海东浩兰生赛事管理有限公司总经理周瑾告诉记者，之所以让大家等了这么久，之所以直到10月21日才官宣，这背后的最大原因就是四个字——安全第一。

在上马的办赛理念中，安全向来占据核心位置，但与往年有所不同的是，在疫情尚未完全退去的情况下，这回它被推到了最前列，成为了赛事举办最根本的先决条件。同时，在对“安全第一”的具体释义上，又可分为两个方面：既要在防疫上做到安全第一，也要在参赛上做到安全第一。

特殊的25周年纪念 特殊的白金标元年

今年是上马的25周年纪念，也是这项赛事的白金标元年。细心的跑者应该已经发现，本届上马的全称是“2020上海马拉松”，延续了以城市为名的自豪，同时暂且隐去惯有的“国际”二字——特殊背景下的上马，以灵活变通之举，继续为路跑爱好者、为生活在这座城市中的人们带来精彩。

本届上马，没有国际特邀选手报名。正如今年赛事主题“健行申爱，活力重燃”所表达的那样，一切重启皆来之不易，只有将安全置于重中之重，路跑爱好者和市民们才能真正地为健康奔跑，真正地用实际行动来助力恢复城市的活力与信心。

受全球疫情形势影响，世界田联对本年度赛事的等级认证采取“自动保级一年”的做法。所以，即便今年上马不会有国际特邀选手到场，完赛成绩方面亦鼓励选手留有余力地去发挥，明年它也将继续享有白金标荣誉。



防疫：安全第一，点对点细化到14个应用场景

VS 周瑾

上马组委会常务副秘书长

今年6月，包括北京、上海、广州在内的多座城市都迎来了2020年的本地线下第一展，国内会展业出现复苏信号。对上马而言，这也是一个比较重要的时间节点。

“办展会和办比赛具有一定的共

通性，都是涉及大人流的经济文化活动。所以，先一步复苏的会展业可以成为我们的他山之玉，再结合上马自身的特点，就能在防疫上做得更周详。”周瑾介绍说，从人员管理、车辆管理、证件管理等方面入手和完善，最后他们就制定出了适用于路跑比赛、包含14个应用场景的防疫方案。

领取参赛装备前，需先通过官网或APP进行预约；起点检录时，需接受身份证件与人脸识别的核验；起点集结区，9000名选手对应9000个点位，保障安全距离；终点冲线后，工作人员

会为选手们递上一次性口罩……核酸检测是最基础的一环，想要在防疫上做到安全第一，还有大量工作需要“上马人”和相关合作部门去共同完成。

设项少了，选手少了，但今年办赛筹备的整体工作量只增不减。正是出于这样的考虑，所以无论是裁判、志愿者还是其他现场工作人员，上马在这方面的配置一点都没有较上届精简。

“虽然选手人数变成9000人，但赛道路线还是42.195公里，分布在起点、终点和赛道沿线的岗位还是得和往届一样。再加上由于防疫而增加的

工作量，所以我们在筹备前期就明确，这部分人员配置会与去年基本持平。”周瑾介绍道。

由于徐家汇体育公园仍处建设阶段，今年上马拥有了一个全新的终点，位于徐汇滨江的西岸艺术中心。在道路较开阔且有足够室内场馆作为赛后放松区域及动线疏散的情况下，这就为终点防疫规范的实施提供了有利条件。另外，起跑后的第一个转弯道由金陵东路改为路面条件更开阔的新开河路，这也有助于选手们保持安全社交距离。

参赛：安全第一，赛道内外的“非典型操作”

2020上马会是一届非典型的上马，“安全第一”将取代“挑战PB”（个人最佳成绩），成为这次赛道上最响亮的倡议。

当一名严肃跑者，还是选择成为休闲跑者，在赛道上拼尽全力，还是选择适度而行，这原本只是个体的选择，但结合今年特殊的疫情背景，上马组委会还是发出了倡议。

“对大众跑者来说，受疫情影响，今年他们中大部分人的训练情况应该

都没有往年理想，训练量和参赛场地有不同程度的下降，成绩也有下滑。在这样的情况下，倡议量力而行、安全完赛更加合情合理。”周瑾表示，这也是组委会在确定本届赛事主体“健行申爱，活力重燃”时的出发点。

其实，在上马线上赛的办赛过程中，组委会已经通过规则设定，增加了线上选手的安全系数。比如，报名线上赛半马或全马项目的跑者，他们必须以分次进行的方式去完成比赛，半马

项目是分两次完成，全马项目是分四次完成。又比如，在采用五人成团制的跑团赛中，只需在三日内依次接力完成50公里的挑战，即可完赛。

另有一些变化则发生于赛道之外。

往届上马，常有选手会在围观群众和各类助威团队的热力加持下，一不当心跑出较预期更快的配速。这类情况多发生于比赛前半程，不过待到后半程时，他们往往就要为冲动买单、

跑得辛苦了。此番，为减少赛道边围观聚集的情况，往年总呼吁市民来给选手加油的上马，这次推起了反向操作，更推荐大家通过电视端或手机端来关注比赛实况。

“我们仍会保留官方的音乐加油站，但像社会团体、热心市民等，就不建议大家相约到赛道边加油了。少聚集，更安全。让选手们在赛道上好好地跑，然后大家在家里好好地看比赛，这就是对上马最好的支持了。”周瑾建议道。

好宴不怕晚的线上赛 要慢慢炖出“上马味道”

从国内有马拉松赛事正式推出线上跑，到上马线上赛启动，这中间隔了六个月。缘何姗姗来迟？周瑾表示，这是由于上马在对线上赛差异性、独特性的发掘上，投入了一定的时间。

疫情在相当程度上催发了线上赛市场，但上马线上赛却不是昙花一

现的产物。“线上模式为上马提供了一个新的出发点，未来，我们计划把它做成上马的有机组成部分。”周瑾认为，线上跑与线下赛虽都是面向跑者人群，但在具体辐射面上还是会有所不同。与别处的线上赛相比，上马如何打造出自己的线上特色？“我们在差异性

和独特性上，其实有更多的考量。”

不限地域、不限人数，与路跑和音乐APP合作、达成多媒体渠道互动，高度还原上马赛道，并特邀沪上知名主持人录制沪语路跑语音包，为参与线上赛的选手提供沉浸式的参赛体验——这是首期上马线上赛亮出的特

色。截至11月15日本期报名（含两轮）全部结束，共有63499人次报名了个人赛，有298支队伍报名了跑团赛。

“未来，我们希望线上赛能在互动性上有更丰富的发掘，在差异性和独特性上能进一步加强，要做得更有‘上马味道’。”周瑾展望道。