



口罩背后是微笑 上马缔造“全球唯一”



作为今年全球唯一保留大众名额的世界田联白金标路跑赛事,2020上海马拉松赛于昨天上午7点顺利起跑。从赛事传统起点的外滩金牛广场,到崭新的终点、位于徐汇滨江的西岸艺术中心,9000名选手以跑步的方式感受着城市的变迁,也感受着这场在特殊背景下来之不易的马拉松赛。

本版撰稿 本报记者 章丽倩
本版摄影 本报记者 陈嘉明

戴好号码布,揣上身份证,随身码和口罩缺一不可,还得测体温与人脸识别……实际上,变“啰嗦”的不仅是上马比赛日现场的检录。赛前几天日日报到的提醒短信,在上马APP选手账号中“嗷嗷待哺”的健康自检信息录入,七日内有效的核酸检测阴性报告,起跑集结区里的9000个点位,比赛全程都会看到的请保持安全社交距离的告示……太多的细节都在提醒选手们,这是一届特殊的上马。

那么,参赛者会因此而感到麻烦吗?诸多新冒出来的讲究,确实让他们有些人之常情下的不适应,但在比赛现场,记者听到的更多反馈还是一——越严格越安心。

“上马拿出了一套精准防控的方案,作为选手,我觉得哪怕流程比往届多了,那也只会让人觉得更安心。我一直相信,上马会跟大家不见不散。”虽然没能跑出理想成绩,但选手马睿还是想跟上马道一句感谢。而在另一位跑者吕国栋看来,他则是从这场马拉松比赛中感受到了更多城市活力的回归。“感觉不仅是跑者找回了活力,同时,城市的活力也渐渐回来了。马拉松比赛是社会活动的一个缩影,随着上马的顺利举办,社会的各个层面也都在迎着挑战并更好地恢复。”

受疫情影响,11月底的上马竟成了不少跑者今年参加的第一场马拉松赛,故而现在,他们中很多人的心愿都是“期待来年会变好”。而在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看来,除了心怀美好外,他们还可以有更多的实际行动。“在常态化疫情防控的背景下,上马的举办是一个比较好的实践。所以,我们赛后也会好好地各个保障部门、各个岗位的代表一起来做一些总结,然后可能会运用到我们今后的办赛中。”



安全社交距离靠自律

在完成检录后,起点集结区便是选手们的下一站。那里,也正是上马志愿者领队陈敏与她的伙伴们并肩合作的地方。

当过起点引导,也做过终点物资与奖牌发放的工作,今年,陈敏在志愿服务上马的过程中又有了新的分工——在起点区新设立的“社交距离管理”岗位上担任领队。“简单来说就是,在我 and 志愿者们伙伴负责的区域内,我们要尽可能保证所有选手之间都有一米安全社交距离。”

保持安全社交距离,不可能仅靠志愿者们“人力输出”。按照本届上马三枪起跑的新规定,每一声发令枪响都将有3000名选手出发。第一枪是A区和B区的参赛者起跑,第二枪是C区的参赛者起跑,第三枪则是D区和E区的参赛者起跑。属于9000名选手的9000个点位,就分布在这五个起跑集结区里,且每个点位都与其前后左

右的点位保持一米安全距离。

陈敏说,从“社交距离管理”岗位的志愿者人数与起点集结区里的选手人数来看,大约形成1比40的配比。“从比例来看,一开始我们觉得想管好会很有难度,但后来知道组委会在不断地向选手推送提醒通知,而且身边确实有越来越多参加上马的朋友知道了有起点点位,也知道要保持安全社交距离,那我们就有信心了,相信这件事是可以干好的。在被充分告知和提醒后,选手们就会比较自律。大家有自律的意识,有作为选手的那份责任心,这对维护好起点集结区的安全社交距离是最关键的。我们要做的其实是在旁边做好辅助。”

值得一提的是,此次组委会对起跑集结区采用了更严格的分区管理措施,禁止选手升区或者降区。这种杜绝“串门”的做法,也在一定程度上对维护选手之间的安全社交距离起到了帮助。



跑友:有感恩更有庆幸

世界田联在给全球路跑赛事重新评定等级的第一年,就遇上了疫情大考。在12项白金标赛事中,上马是中国的独苗,同时也是唯一继续举办且保留大众名额的赛事。既要“安全第一”,也要为9000名选手做好保障,为求两全,少不得便要更共济。

口罩,这会是留存在2020上马参与者记忆中的一个关键词。选手们从检录开始,便被要求佩戴口罩,直到正式起跑前方可摘下。如何安全地丢弃口罩,这也有讲究。组委会向选手们呼吁,起跑后不要随地丢弃,赛事前5公里每500米及补给站都配备了废弃口罩回收站点,请届时再将它丢进回收站点。42.195公里对任何人而言都是一项挑战,但是,抵达终点后的选手们还是会收到一次性口罩并被要求及时佩戴(在适当放松约3分钟、心率下降至

正常水平后及时佩戴)。

另外,在赛前、赛中与赛后,组委会提醒选手要尽可能避免聚集、避免与旁人发生肢体接触(如跑步时碰撞等)。冲线后,选手们还应及时用终点附近提供的免洗手消毒液进行手部清洁。

“考点”变多了,确实有点麻烦,但为了安全防疫,一切又都是应当应分的——在上马赛道上,这已成为选手们的共识。

选手张琦说,看着那么多工作人员和志愿者全程佩戴口罩为跑者服务,还不时地加油鼓励,知道他们可能清晨四五点钟就已经集结到岗,“作为选手,我只觉得感恩和庆幸”。在参加完昨天的比赛后,张琦说她的下一个上马心愿是——希望来年大家都能摘下口罩,用微笑在赛道上与选手、与志愿者和工作人员们相互问好。

选手减少四分之三 赛事保障分毫不打折

为最大程度集中赛事资源、降低赛事风险,今年上马的项目设置和选手规模,较往届有了明显收缩:仅保留全马项目,选手人数由去年的38万人降至9000人。但从赛事服务与保障上来说,这9000名选手得到的却是分毫不打折的“上马标准”。

清晨5点不到,市八医院服务本届上马的15名医疗救护人员便已在院内完成集结。作为上海市红十字会冠名医院,这已是该院为上马做医疗保障的第十个年头。尽管本届赛事的选手人数较去年少了3/4,但对他们而言,一应准备皆是照旧。“派出的医护人员数是一样的,准备的物资也没少,倒是增加了护目镜、防护服、免洗手消毒液这些防疫物资的储备。”市八医院这支上马医疗小队的领队马文浩告诉记者,今年他们负责的医疗救护点是在32至37公里赛段,考虑到马拉松的后半程对选手而言会是更大的挑战,所以院方还是照旧派出了包括心内科、骨

科、普外科、重症医学科、急诊内科等在内的多学科人员。

与这支小队一样,还有更多的医护人员在默默守护着选手的平安,成全着上马的圆满。本届赛事除了在起点外滩金牛广场、终点西岸艺术广场设置医疗站外,赛道中还有26个医疗救助点,共计配备了200多名医疗人员。此外,沿途还有20辆救护车负责现场转运,共有近千名医护人员及急救志愿者参与赛事保障。

除了覆盖赛事各个角落的医疗设施外,在终点前200米(每50米配置一名医疗志愿者)有志愿者手举健康提示告知牌,提醒选手注意自身保护,并对每一位跑过的选手进行医学观察,以便及时处理可能发生的意外情况。另外,今年的上马骑行保障队几乎覆盖全程,他们也在为9000名选手保驾护航。

马拉松比赛的终点,救护车往往无法快速通行,为此,上马特别安排了轮椅、移动担架床等辅助运输工具,可将有医疗需求的选手尽快送往终点医疗站。同时,终点区域还部署了东方医院国家紧急医学救援队和特种医疗保障车辆,可及时防范和有效处置可能发生的突发事件救援。

今年上马赛道沿线共设九处能量补给站,饮料站、饮水/用水站也配备到位。补给站的品类不仅充分考虑到全马跑者的需求,会提供巧克力、香蕉、小蛋糕、能量胶等,还按照上马的防疫规范,对它们都进行了独立包装处理。