



受疫情影响暂停一届后 将于今年4月18日正式回归

## 上海半程马拉松蓄力重燃

春暖花开,很多爱好路跑的人都对这一年的参赛计划有了更丰富的安排,对其中的心头好赛事更会重点关注。于上周官宣的上海半程马拉松赛,对众多路跑爱好者来说,这就是一桩大事件。在受疫情影响暂停一届后,上海半程马拉松赛将于今年4月18日正式回归。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

预计规模6000人  
两枪起跑安全出发

比赛日期4月18日,参赛规模预计6000人,以“蓄力重燃,Back Stronger”为口号,上海半程马拉松赛即将重返申城。

比赛将于4月18日上午7点开始,起点为浦东新区丰和路,终点为东方体育中心。相较于2019年的第五届上海半程马拉松赛,本次比赛的路线进行了一些微调,途径陆家嘴、世博地区、前滩公园等地标性建筑,全长21.0975公里,将繁华与摩登相交融的经典赛道完全开放给半马跑者。

出于分散人流与参赛舒适度两方面的考虑,本次比赛将采用分枪出发,共分两枪。这既是将疫情防控措施落实到实处,确保人与人之间的安全距离,也能为跑者提供更舒适的起跑体验。

为保证参赛者的比赛安全,本次比赛期间路线各段将设关门时间,限时对社会交通封闭。每5公里的关门时间分别为8点、8点40分、9点25分和10点05分,赛事整体关门时间为10点15分。

出于对全球疫情形势的考虑,本届上海半马无法邀请国际精英选手前来参赛,为鼓励更多国内精英跑者

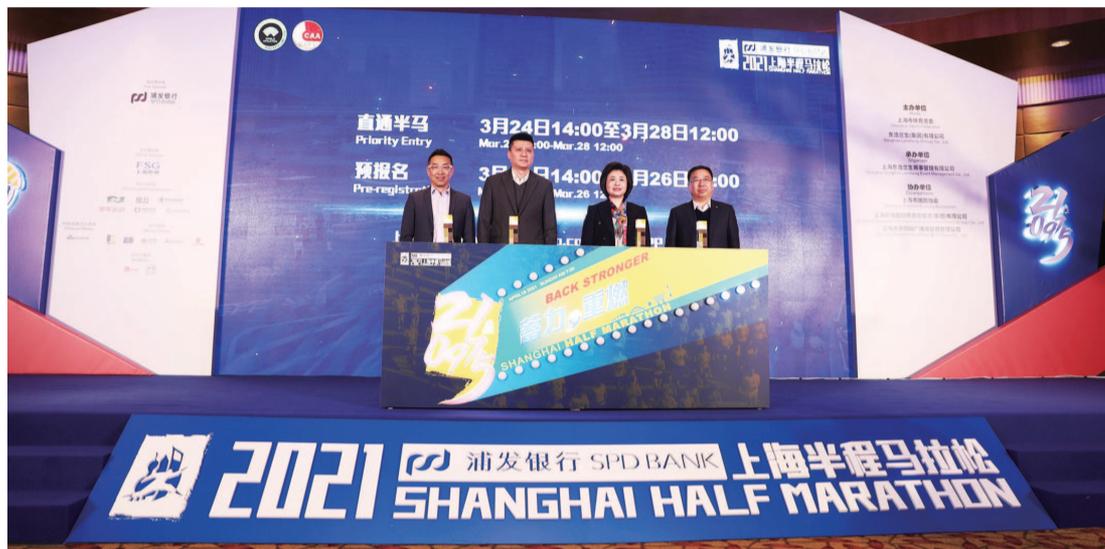
在上海赛道上跑出好成绩,男子、女子前八名的奖金较以往有较大幅度提升。按照净计时成绩进行排名,男子、女子前八名将分别获得50000、30000、20000、9000、8000、7000、6000、5000元的奖金。

另外,本次赛事男子前200名参赛者、女子前100名参赛者可获得2021上海马拉松赛的参赛名额。

虽然选手人数较往年缩减,但在赛道沿途的保障上,上海半马将依旧延续“上马”品牌的优质标准。

赛事期间共配备15辆保障救护车,并配备骑行救护队。赛道沿线共设置21个医疗救护点及3家赛事定点医院,并制定详尽的应急救援预案。赛道沿途医疗救护点前50米有明显的标志,沿参赛者的跑进线路,有急救车跟随,组委会将在固定医疗点、水站安排志愿者和工作人员,协助医疗救护,维护比赛秩序,参赛者有问题可以随时求助。

另外,为做好高温天气的预案准备,组委会将在赛道沿途配备遮阳棚、冰站及喷淋,全方位做好相应准备。所有工作人员将针对高温天气进行培训,以确保比赛的安全、顺利进行。



上海半马召开新闻发布会

本报记者 陈嘉明 摄

精准防疫安全护航  
还有线上跑来助阵

在暂停一届后,上海半马终于将在4月18日归来。在享受重返赛道欢愉的同时,做好疫情精准防控仍是赛事组委会的首要责任。

上海半马将严格参照2020上海马拉松成功疫情防控举措为经验,严密部署、精准防控,严格筛查所有参赛人员(包括跑者和工作人员)的健康状态,确保赛前14天内行程无异常,并持续关注国内中高风险地区动态信息,核实参赛人员赛前14天行程,严格执行中高风险地区人员不得参赛的防控要求。所有参赛人员需进行赛前14

天健康监测,并签订《健康安全责任书》。此外,要求所有参赛者及一线工作人员提交赛前7日内上海本地核酸检测阴性检测报告。

比赛当天,参赛者进入集结区前需进行测温、人脸与身份证核验,并查验健康码。在集结区等人群密集区域,要求参赛者佩戴好口罩,集结区将设置安全社交距离点位。同时,将对比赛场地、配套设施、功能区域及公共场所进行消毒,确保环境卫生安全。赛后,组委会将第一时间为跑者送上全新的一次性医用口罩及免洗手消毒液,确

保跑者口罩佩戴及手部卫生的清洁。现场参赛的名额减少,但本届上海半马的覆盖人群却是“只多不少”——不受名额与地域限制的线上赛将为更为爱好路跑的人群服务。

本届上海半马的线上跑将设两个项目,6公里和21.0975公里,分别与赛事六周年与半马距离致敬呼应。线上跑的报名平台为上马微信小程序,跑者可同时选择两个项目参赛。

上海半马线上跑的比赛时间为4月18日至5月18日,并将于4月9日至4月17日启动报名。需要提醒一句的是,付费报名线上跑任意赛事项目并在比赛时间内完赛的跑者,将参与抽签2021上海马拉松直通名额,限100人(中签跑者须符合2021上海马拉松的报名资格,最终规则以组委会公布为准)。

黄浦区举办庆祝中国共产党百年华诞健康跑  
用脚步续写“百年”新图景

本报记者 丁荣

“没有共产党就没有新中国,共产党辛劳为民族……”3月24日清晨,一阵嘹亮的歌声在新天地南里广场上空响起,这是2021年黄浦区庆祝中国共产党百年华诞健康跑活动开幕式现场,百个党支部代表汇集在新天地南里广场,共同高歌,拉开了整场活动的序幕。

100个火炬散发出强有力的生命

力,如同100年前的那点点星火,终将燃成燎原之势,“百年恰风华 再铸新征程”2021年黄浦区庆祝中国共产党百年华诞健康跑活动正式开启。黄浦地域有着丰富的红色资源,据统计,区内已查明的红色革命遗址遗迹有127处,位居全市第一,通过本次活动全面宣传这些红色地标,用丰厚的红色文化衬托出黄浦区的鲜明底色。

本次健康跑历时一百天,个人可参加“百年之光”活动,从一大会议出

发,通过绘制“百年”运动轨迹图献礼建党百年,通过百日内完成的“百年图”的点赞排名。党支部可以组队参加“百团之竞”,每位参赛队员每周需要完成三个任务:每周跑步三公里打卡;每周任选一处黄浦红色地标实地打卡;每周答题打卡。14周,集各党支部全体党员之力点亮中国共产党自建党以来的伟大历程中一个个值得铭记的瞬间,在建党100周年这一特殊的时刻,增添一份特殊的纪念。

“樱妳而来”2021“战FUN宝山”  
女子10公里精英赛开跑

本报记者 李一平

3月28日,“樱妳而来”2021“战FUN宝山”上海樱花节女子10公里精英赛在顾村公园浪漫开跑。

比赛当日恰逢樱花盛开之际,千名女性跑者身穿粉色赛服,肆意奔跑在摇曳生姿的樱花树下,成为顾村公园最亮丽的一道风景线。

作为女子赛事,男性服务人员的参与成了一道特别的风景线。男性领跑兔、来自上海公安跑团的男性护花使者、男性医疗志愿者、男性加油方阵还有为每一位冲过终点的跑者挂上奖牌的“帅哥志愿者”,在不同的岗位上为女性跑者无私奉献着,共同演绎着爱的协奏曲。

特别值得一提的,今年的“樱花跑”携手上海市自闭症儿童教育指导中心,为“星儿”助跑,在现场设置了

“星光大道”“星星画展”“星星涂鸦”等环节,邀请了来自上海各区的“星儿”代表和家长参与,也让更多人关注、走进、了解和关爱“星儿”们,帮助他们更好地融入社会大家庭。也使“樱花跑”在传统的景美、花美、人美、运动美的基础上,更多了一层饱含公益和关爱的内心美,让“樱妳而来”的赛事主题从此更具人文内涵。

作为宝山区“四季路跑”品牌赛事之一,女子樱花跑跨界融合了体育、旅游、休闲、时尚、文化、公益等多个领域,旨在更好地传递公益精神,展示女性风采,推介生态宝山。除了盛开的樱花、美丽的赛道、爱心的传递,优质的服务也是吸引全国各地跑者每年前来打卡的重要原因。赛事主办方在赛后精心设置了丰富多彩的嘉年华活动,让参赛选手在赛后进行游园、休闲、饮食、娱乐等多重活动。