

一份测试了解
孩子的运动能力

A15



A16

蓄力,重燃 上海半马回来了

昨日清晨,6000名参加2021上海半程马拉松赛的选手在东方明珠旁集结起跑。去年,受疫情影响,这项上海的名片赛事与广大跑友未能如期相约,如今,带着“蓄力,重燃”的响亮口号,它终于回来了。

本版撰稿 本报记者 章丽倩

两年份的等待
城市活力燃情回归

久违了,上海半马!

昨日上午7点,2021上海半程马拉松赛鸣枪起跑。虽说出于安全防疫的考虑,本届赛事的选手总数被缩减到了6000人,但在经历了两年份的等待后,这次起跑不仅是圆了众多跑者的心愿,同时也让更多人感受到城市活力的全力回归。

为了在起跑阶段有效降低人员密度,同时也有助提高选手的跑步舒适度,在赛事起点的浦东新区丰和路,选手们被分为四个方阵,比赛分两枪起跑,每一记发令枪对应两个方阵。而今年的赛事终点则依旧设在东方体育中心。

最终,本届上海半马男子组的冠军被跑马新星王壮摘得,他的成绩为1小时06分57秒;女子组第一名则归属张新艳,她的成绩是1小时13分06秒。两周前,张新艳刚刚刷新了女子3000

米障碍的全国纪录,并成为在该项目中获得东京奥运会名额的第一位中国运动员。

在起跑后的3小时15分钟,上海半马按计划迎来“关门”时刻。根据组委会赛后提供的官方数据,本届上海半马的完赛率达到99.15%。

诞生于2015年的上海半马,如今办到了第六届,今年的口号正是应时应景的“蓄力,重燃”。赛事组委会对这一口号的解读是,这个逗号既代表了曾经的暂且停下,也意味着如今的重新起步,在因疫情而缺席一年后,上海半马正朝着光明的前方继续求索。

另外值得一提的是,上海半马的线上赛也于昨日正式启动,并将一直持续到5月18日。在现场参赛名额因防疫考虑而暂被压缩的情况下,不受名额与地域限制的线上赛将为更多爱好路跑的人群提供服务。



本版摄影 本报记者 陈嘉明

存衣车服务攻略
一望二喊流水配合

“××××号走过来了,准备!”在停靠于终点东育路上的存衣车区域里,时不时就会听到这样的喊话。每辆存衣车上都有一个志愿者小组,通常组内视力最好的人会负责远望,一旦看到本存衣车所负责号码区间内的选手走入视野,就开始往车内喊号,让同伴可以提前找包,以减少选手在等待取包环节所花费的时间。

“在大批选手集中取包的时候,肯定会出现一点排队的情况,而我们要做的就是尽量先启动和快‘消化’。这样一来,既能为选手节省时间,也能尽可能减少排队的情况,有助安全防疫。”志愿者领队吴恺向记者介绍道。

对比疫情之前,如今想要当好存衣车志愿者的工作难度其实是提高

了。与发放完赛包和完赛奖牌相比,存衣车志愿者多了“一对一”找包的任务。车内空间有限,号码牌又可能被贴在了无法一眼看见的地方,另外还需将目标包从一堆包中取出并递给选手,服务过程中需全程戴着口罩与手套的他们常常是没忙活多久就满手汗了。

根据赛事防疫规范,志愿者可以擦汗,也可以更换手套,但只要重新进入到工作状态,他们就还是得把自己“武装”起来。“戴着手套找包肯定不太顺手,而且手汗也多,容易觉得不舒服。但防疫规范是这样要求的,那我们就全力地去执行。”一位存衣车志愿者如此说道。

医疗补给撑起保护伞

昨天,天气不错。早上7点起跑时,体感温度在9摄氏度左右,令选手们感到比较舒适。而为了让大家安全、顺利地完赛,组委会照例撑起了一把保护大伞。

除了常规的饮水用水站、能量补给站外,比赛沿途还设置了四处特色音乐站,以不同类型的音乐来帮助选手在奔跑途中保持兴奋度。

本次比赛期间共配备了15辆保障

救护车,赛道沿线共设置了21个医疗救护点及三家赛事定点医院。为方便选手能在有需要时求助,在赛道沿途医疗救护点的前50米处都设置了明显标志。

同时,在参赛者的跑进线路上,还有救护车一路相随,并且组委会在固定医疗点、水站安排了志愿者和工作人员,协助医疗救护和维护比赛秩序。

岗位设置有针对
出发区里“小蜜蜂”

疫情之下的大型赛事,会多出一些原先没有的细节。比如,选手们在出发集结区时,需按照地面上画出的点位来分散站立,以保持安全社交距离。又比如,为了防疫,他们应佩戴口罩直到进入起跑倒计时状态。想要把这些细节做好,选手们的主动配合是一方面,而有针对性的提示与便利服务则是另一方面。

与往届相比,本次上海半马新增了“社交距离管理”的志愿者岗位,同时,在起点废弃物资的收集上也增配了人手。从比赛现场的情况来看,这些新的调配确实发挥了积极的作用。

在进入起点集结区后,“社交距

离管理”志愿者有针对性地引导选手,请他们按照点位分散站立,保持安全距离,避免拥挤。而为了更安全与环保地处理废弃口罩,在选手们准备起跑的同时,则有负责废弃物资收集的志愿者提着垃圾袋在集结区活动,方便选手们在摘下口罩后及时丢弃。

本次上海半马,近1600位来自上海不同高校的志愿者在领队的带领下,分布于名次记录、兴奋剂检查、终点管理等41个不同的岗位,用他们充满朝气的服务,为跑者提供力所能及的帮助,助力跑者完成一场安全、放心的半程马拉松赛事。