

# 未能上赛道,也为上马加油鼓劲

本报记者 章丽倩

出于对办赛条件的考虑,有些路跑爱好者这次未能跻身选手名单。无缘2022上马,这一点固然让他们感到遗憾,不过除此之外,他们其实还有一些别的心里话想要跟上马、跟更多的跑友分享。

## 异地同跑 遥祝上马

### 常庆严 跑龄5年 现工作生活于山东

出于对办赛条件的考虑,2022上马不得不将本届大众选手的报名面限定在上海市常住人口。所以,不少心系上马的外地跑者这回仅能“望沪兴叹”。生活在山东菏泽的常庆严便是这部分跑者中的一位。

“上马是国内马拉松的标杆赛事,对跑者来说,肯定都想去参赛,所以每年到了报名阶段都会格外关注。不过,今年的情况确实比较特殊,尽管作为跑者会觉得有些遗憾,但也可以理解。只要有更多的比赛恢复举办,那就是好事。”在常庆严参赛的10年里,5公里跑是他的训练必修课,不过真说到喜欢上路跑,还得从2017年退伍那会儿算起。所以这么计算的话,常庆严是一位跑龄5年的爱好者。

碍于路途较远,碍于中签不易,常庆严和上马一直缘悭一面,不过,这并没有影响到他对该项赛事的关注和热情。2019年上马比赛日的前几天,常庆严曾短暂来沪游玩,上马传统起点的外滩金牛广场就是他必选的观光打卡点。“我看过一些比赛实况,起跑的画面挺震撼的,是你在任何别的时候去都无法复制的场面。”

从对路跑业余摸索到渐渐找到入门的感觉,常庆严在这上头花了两三年。等到他想要在马拉松赛的大众组中试试身手时,却又不凑巧地赶上了疫情,国内路跑赛事的数量变少了,名额愈加抢手。“虽说参赛机会不多,但在这两年里,我一直没有对日常训练放松。现在再去跑全马的话,我的完赛成绩预计应该在2小时56分左右,可以‘破三’了。”

常庆严目前的职业身份是监狱警察,由于工作性质的特殊性,在接受采访时,他还不确定上马比赛日当天自己的时间会如何安排。“如果那天我休息在家的话,没准会去公园里找个合适的地方异地同跑,也完成一个42.195公里。同时,我也有在上海工作的熟人这次会参赛,预祝他们都能顺利完赛,都能跑出自己想要的好成绩。”



未中签的跑友在赛道旁为参赛者加油助威

管西寅 摄

## 身在异乡留遗憾 心中许下未来之约

### 叶燕琳 跑龄7年 现工作外派在新加坡

11月3日晚8点左右,被外派到新加坡工作的叶燕琳,她的微信突然“沸腾”了。“朋友圈”里都是上马官宣办赛日期和开启报名的分享,各个跑友群里的未读消息数也都飞快地飙到了“99+”。回想起那一刻,叶燕琳自己的情绪也立马被带飞了,但稍一琢磨,便把心里的那份激动给赶紧按下了。“今年赶不及回家参赛了,期待来年吧。错过了这一届没事,未来我和上马还有很多很多届的‘约会’。”

生于上海、长于上海的叶燕琳是上马赛道上的一名资深跑者。自2015年始,喜爱路跑、积极报名的她几乎每年都能幸运地获得上马名额。叶燕琳最近一次跑上马的经历是2020年那一届,此后受工作调动的影

响,她被外派到了新加坡。“去年10月,我休假提前回到上海,就是想参加上马,为比赛做准备。结果,一方面是我抽签没中,另一方面2021年上马最终没办成。所以,原本今年我是积攒了整整两年份的期待。”

再过一个月,叶燕琳将结束外派、回到家乡上海,目前正是她在新加坡为外派工作收尾的阶段。这也是叶燕琳此次没动回国参赛念头的的原因之一。“上马是家乡上海的比赛,尽管心里挺想念它的,但确实也不急在一时。等到比赛那天,我一定会在这里(新加坡)为跑者朋友们远程加油的。”

在叶燕琳心里,坚持跑步不仅仅是为了参赛和完赛,更多还是一份由内而发的热爱。而在她越跑越热爱的故事里,就有不少是发生在了上马的赛道内外。“我不是一个特别看重完赛成绩的严肃型跑者,在比赛过程中,经常会分出注意力去留心赛道两旁的情况。可能也是这个原因吧,我觉得上

马特别有趣好玩,氛围非常好。”

每年上马比赛时,赛道旁必然会出现一些上了年纪的上海阿姨自发地为选手们加油鼓劲。“听她们用上海话喊着‘小姑娘,加油’‘小伙子,加油’,不要太亲切哦。另外,除了这些不认识的观众,我参赛时还有不少‘固定节目’。跑到静安寺时,我的一些朋友会在那里自发当拉拉队。跑到常熟路地铁站附近时,我爸爸妈妈总会等在那里看我。再往后面跑,还有熟人和同事常会来看比赛,另外还会有我母校复旦大学的跑团助威团等。”由于路上总有各式各样的盼头,所以叶燕琳在参加上马时,无论是前半段还是后半程,总能跑得格外有滋有味。

“上马是家门口的大赛,感觉肯定不一样的。我现在就希望早点把外派工作收尾,然后早点回上海。虽说距离2023年上马还早,但我真的已经在盼着了。困难和不便一定会过去的,让我们一起加油向前吧。”叶燕琳信心十足地期待道。



叶燕琳(中)

## 遗憾未中签 但仍会是上马“参赛者”

### 赵静怡 跑龄9年 现工作生活于上海

赵静怡以往的参赛记录多以10公里到半马距离为主,此前仅在上马中签过一回,而在今年报名时她也做好了当“分母”的准备。“等知道没中签时,心里挺平静的,因为无论上不上赛道,我都会是今年上马的‘参赛者’。”

从2018年开始,每当申城举办大型路跑赛事时,赵静怡几乎都不会让

自己闲着。能获得名额则参赛,如果未中签,她便会随母校北京大学校友跑团的后援团一起,到赛道边上为选手们加油助威。“每回办大赛,我们校友跑团里总有不少人会中签。跑团的传统一直都是中签的人去参赛,没中签且有空闲时间的,就会在比赛日当天到现场当拉拉队和后援团,为他们分发一些私补,帮忙拍照留念等。”

能以另一种形式参与上马,这让赵静怡和她的跑团后援伙伴们对本周日的比赛非常期待。按照往届上马办赛时的后援经验,他们大抵会在赛道沿途布置两到三个加油点,另外在终点附近还会设置一个点。

赵静怡预告说,他们会在每一个加油点都准备一面校友跑团的旗帜。“旗帜要醒目一点才好,这样途经的团友们一眼就能望见。我们会为他们准备一些小补给,如果他们不急着刷成绩的话,也可以拿手机拍一两张照片留念。另外,我们跑团里还有一位爱好摄影的医生校友,通常会赶好几个点位来帮大家抓拍好照片。”

除了充分感受校友跑团的氛围外,赵静怡还是自家单位跑团的团长。用她的话来说,在一定程度上,单位跑团的成立也是得益于上海较为浓厚的城市路跑氛围。“我们单位的跑团成立于2019年,是由工会牵

头发起的,现在已经成为了本单位职工体育中的一部分。跑团成立后,也为员工中爱好跑步或者对跑步感兴趣的的人提供了更多交流和活动的机会。”

说回上马,尽管这次遗憾地未中签,但赵静怡表示自己不气馁,未来一定会继续努力报名。“此前由于疫情,上海以及国内其他城市的路跑赛事数量都减少了,不过从近期的情况可以看出,赛事市场渐渐有了回温的趋势。等赛事数量和赛事名额进一步恢复后,相信我还是有机会重回上马赛道的。”