

残健融合 点亮人文关怀之光

始于赛道却不止于体育，申城的全民健身舞台上总有一些感人的故事，能熨帖浮躁、传递能量、温暖人心。回望即将步入尾声的2024年，以上海马拉松、上海半程马拉松、上海10公里精英赛等为代表的路跑赛事，它们正以体育之力推动残健融合，点亮人文关怀之光。 专题撰稿 本报记者 章丽倩

“无障碍”赛道变多了 加油，你们都很棒！

作为每年申城路跑赛事中的最重磅之作，上海马拉松(以下简称“上马”)于今年迎来了更多的残健融合参赛者。12月1日的上马，有100支残健融合队伍积极报名，参加了残健融合公益跑。除了在健身跑项目里重在参与外，其中有10支队伍更是挑战了全马难度。实际上，在近些年的上海，如这般对听障、视障、脑瘫等人士张开欢迎怀抱的路跑赛事已是越来越多了。

一方面，为了更好地献力公益，上马于今年推出了崭新的上马Care计划，并且此次率先聚焦在了“Care残障人士”板块。另一方面，“做你的眼睛”“黑暗跑团”以及更多以推进残健融合为主旨的跑团和相关组织，它们也是越发活跃。当更多的力量走到了一起，这场“爱的马拉松”正变得愈发声势浩大，同时——也愈发能吸引到“路人”关注。

“我就是在一次参赛过程中看到了视障跑者和他们的陪跑员，继而了解了‘做你的眼睛’。在有了进一步

接触后，等到去年上海10公里精英赛时，我就以陪跑员的身份一路陪着视障跑者参赛。”俞庆榕是一位拥有多重身份的路跑爱好者——既是上海市政协委员，还两度获评上海市“慈善之星”，在关注弱势群体和助力公益的这条路上，他已走过了十多年。“对视障、听障人士来说，当赛事为他们打开友好的大门时，不仅意味着一年中多了几天参加比赛的日子，而是为他们的一整年都添了色彩。”

体育运动是残疾人士强身健体的重要方式，是促进他们康复的重要手段，更是助他们免于自我封闭、更好融入社会的重要途径。俞庆榕告诉记者，本届上马他虽是寻常参赛，并未当陪跑员，但在听朋友们讲起100支残健融合队伍的备战细节时，也是颇为感触。“很多人不仅是保持着每周周末跟跑团一起日常活动的节奏，更是为今年上马预留了近三个月的合训时间。作为一个有过陪跑经验的人，我真是既被他们的执着打动，也要和许多跑者一样，为他们点赞、鼓掌。”



还有更多人期待来年精彩

除100支残健融合队伍外，据记者了解，此次还有120多名来自全国各地的“黑暗跑团”的成员也参加了本届上马。他们中有视障人士、听障人士，也有脑瘫患者，大部分人已拥有多次参与马拉松比赛的经验，其中年龄最长者已经72岁。而在赛道之外，还有更多人正一边关注赛事，一边期待来年的参赛机会和更多精彩。已拥有40多场马拉松经验(包括半马和全马)的轮椅跑者王斌便是他们中的一员。

虽然自己生活中和参赛时所使用的都是生活轮椅，但在刚听说2024上马看齐大满贯标准、首度设立轮椅竞速项目时，王斌心里还是挺激动的。“其实今年原本很期待参赛的，但在抽签时还是差了点运气。明年再努力吧，看到这条赛道正变得越来越‘宽’，我们心里肯定是高兴和期待的。”2017年，王斌开始轮椅上的路跑训练，从一开始移动200米都费劲，到后来越来越喜欢，体育的改变之力在其身上得

到充分体现。 在上海市残疾人文化体育促进中心主任龚佳钰看来，无论是平日里的体育场，还是激动人心的比赛现场，这样的改变多多益善，而作为推动方之一，他们也需要再接再厉。“在体育舞台上，残疾朋友们能抛开束缚，更好享受运动带来的乐趣，也迈出融入社会的坚实步伐。期望这样的融合模式能持续推广，能惠及更多有需要的残障朋友。”



本报记者 丁荣

戎马岁月焕荣光，申城武韵续华章。12月7日，“蘑菇车联杯”上海市首届退役军人武术比赛在嘉定体育新馆隆重举行。此次比赛吸引了来自全市51支队伍的500多名退役军人积极参与，他们齐聚一堂，展示着退役军人的风采与武术的魅力。

上海市体育局党组书记、局长徐彬，嘉定区副区长王超，上海市武术协会会长俞凯丰，上海武术院(市健身气功管理中心)院长、主任陈皓等领导嘉宾出席开幕式。

本次比赛是上海首次举办面向退役军人的武术比赛，由上海市体育局、上海市教育委员会、上海市退役军人事务局、嘉定区人民政府、上海师范大学、上海市体育总会指导，上海武术院(上海市健身气功管理中心)、上海市武术协会、上海市退役军人就业创业促进会、上海退役军人学院、上海师范大学体育学院、嘉定区体育局、嘉定区安亭镇人民政府主办，上海市武术协会退役军人专业委员会、上海市退役军人就业创业促进会体育专委会、上海中华武术会承办，嘉定区社会

市武协举办上海市首届退役军人武术比赛 军魂融武韵 共耀申城光

体育管理事务中心、嘉定区安亭镇文化体育服务中心协办。

在开幕式上，上海市武术协会退役军人专委会正式宣布成立。上海市武术协会会长俞凯丰表示：“我们希望通过举办比赛来传播军人英雄文化，弘扬社会化拥军，让退役军人成为社会尊敬的人，增强退役军人的荣誉感和使命感，并以此为平台增加退役军人之间的交流与团结，展现当代退役军人的风采，让老兵永辉煌，为强国建设贡献应有的力量！”未来，上海市武术协会还将通过退役军人专委会的平台积极组织开展各类形式和内容丰富的武术活动，为退役军人创造更多的交流和展示的机会，营造拥军崇军的浓厚氛围。

本次比赛不仅为退役军人提供了一个展示自我、交流技艺的平台，更彰显了社会对退役军人群体的高度关注和尊重。比赛项目丰富多样，包括个人项目、集体项目、射击和对练四个大

类。其中，拳术项目涵盖了军体拳、警卫拳、擒敌拳、格斗术、太极拳、健身气功以及其他拳种。器械项目则包括了应急棍术、警棍盾牌术、太极器械和其他器械。射击项目设有10米步枪、冲房射击赛，而对练项目则包括了擒敌术。

这些比赛项目充分体现了退役军人的特点，既展示了他们在军队中锤炼出的过硬素质，又彰显了他们对武术文化的热爱与传承。

“我在赛场上看到了好几位当年的战友！”上海退役军人学院学生徐董九秀与当年的战友们相聚赛场。据她介绍，上海退役军人学院组队参加了太极拳、警棍盾牌术、擒敌拳、八段锦等比赛项目。“我们部分同学在参军前就很热爱武术，退役后日常也会进行太极拳等传统武术训练，大家觉得练武术既能锻炼身体又能保持部队优良作风，更是对中华民族优秀传统文化的一种传承。”

这个沙龙见证徐汇体育产业腾飞 奋发五载 出类拔萃

本报记者 丁荣

12月6日下午，2024年徐汇区体育消费季第五届“汇”体“谈”徐汇体育产业沙龙在徐汇滨江西岸举行。上海市徐汇区体育总会产业分会正式成立，上海市体育局副局长许琦、徐汇区副区长王志华等领导为产业分会揭牌并出席沙龙活动。

徐汇区作为体育产业的重要聚集地，拥有深厚的底蕴和广阔的发展前景。自2020年徐汇区体育产业联盟成立以来，联盟成员数量持续增长，从最初的12家已扩展至如今的20余家。今年，徐汇区体育产业联盟更是实现了实体化运作，为徐汇区体育产业的进一步发展奠定了坚实基础。智“汇”体“谈”体育产业沙龙作为徐汇区体育局自创的品牌活动，已经连续成功举办五届，成为徐汇区体育产业发展的重要交流平台。从第一届创办至今，该沙龙已汇聚了一系列知名优质企业参与，现场高朋满座，也从一个侧面折射出徐汇区体育产业的蓬勃发展。

活动现场，零点有数发布了2023年度徐汇区居民体育消费调查成果。数据显示，徐汇区体育消费发生率达93%，人均体育消费支出达到

45287元，体育消费总规模达到50.3亿元，较上一年度增长了57%。这一数据充分展示了徐汇区体育产业的强劲发展势头和居民对体育消费的强烈需求。

在沙龙活动中，徐汇区还发布了“加快体育产业发展资金”扶持项目，13项赛事活动与体育消费新场景改造项目荣获本年度专项资金的扶持。这些项目的成功实施将进一步推动徐汇区体育产业的发展。

沙龙的最后环节依旧是圆桌讨论，台上台下十几位体育产业的嘉宾畅所欲言，围绕赛事经济推动体育产业发展、文体商旅融合办赛等主题，从大到FISE

世界极限巡回赛、上马、中超这些顶级赛事，小到由赛事公司、运动场馆、体育培训机构、体育用品销售商自己运作的群众性赛事活动，共同探讨体育产业“人、货、场”的商业生态。同时，就如何更好进行文体商旅融合办赛展开了热烈的讨论。

本次沙龙活动由徐汇区体育局、上海市体育产业联合会主办，徐汇区体育总会承办。活动的成功举办不仅展示了徐汇区体育产业的蓬勃发展态势，还为徐汇区体育产业的未来发展注入了新的活力和动力。



上海市徐汇区体育总会产业分会