



上马7月1日零点开启预报名

首次采用双通道错峰报名机制

本报记者 章丽倩

在越临近6月末的时候,跑友们就越关注一个话题:2025年上海马拉松(以下简称“上马”)是不是快要开始报名了?上周,赛事官方终于发布了这个众所期待的消息,较往届提前开启的预报名通道、更长的预报名时间以及首次采用的双通道错峰报名机制,这些都是2025年上马在本阶段的新亮点。

2025年上马的比赛日定于11月30日(星期日),和上届一样仍设全程马拉松(23000人)、健身跑(15000人)、竞速轮椅马拉松(约20人)三个项目。今年,大众跑者的预报名时间由往届的七天延长到了一个月,为跑者提供了充裕的做决策的时间,具体为7月1日00:00至7月31日24:00。大众跑者的抽签结果将于8月25日下午公布。今年上马大众组的报名费较上届有所变化:全程马拉松项目,中国籍(含港、澳、台)跑者200元/人,外籍跑者160美元/人;健身跑项目,中国籍(含港、澳、台)120元/人,外籍跑者50美元/人。

去年,上马成为如今全球“唯二”、国内唯一的大满贯候选赛事。在2024年至2026年期间,如果它可以连续两次通过考核,就能于2027年正式



跻身大满贯行列。在这段努力向上迈进的过程中,向现有的七大满贯学习和看齐将涉及到上马的方方面面。就大众跑者的感受来说,报名费用的调

整肯定也在其中。

“此前上马全程马拉松的报名费用是150元,今年变成200元,未来应该会进一步看齐大满贯标准。应该说

在它成为大满贯候选的时候,跑者们就有这样的预判了,一方面是知道报名费会看齐国际标准,另一方面中签的难度会更大。还是那句话,作为家

门口的赛事,还是希望它能越来越好,真的看齐波士顿、纽约、东京这些七大满贯。”已经参加过六届上马的资深沪上跑者旭东分享道。

考虑到希望能让更多跑者各取所需,今年上马慈善跑者的报名时间与上述这段时间刚好错开,从9月1日10:00开始报名,名额1000个,报名费5000元/人,以完成付款为准,额满即止,慈善名额仅限全程马拉松。

另外,今年上海女子半程马拉松赛前200名参赛者,今年上海苏州河半程马拉松赛男子半程前150名、女子半程前100名的参赛者,今年上海半程马拉松男子前200名、女子前100名的参赛者,这部分跑者拥有直通上马名额,他们也需要在7月1日0:00至7月31日24:00期间进行报名和缴费,以确认参赛资格。

另外,赛事组委会还温馨提示,新系统已正式上线,由于官网和APP做了较大调整,跑者们届时可登录官网或APP对个人基础信息、邮箱、手机以及紧急联系人等报名信息进行调整和补充。在6月25日至12月15日,赛事组委会开通了中文和英文两种通道的咨询服务,能在周一至周五的工作日时段内为广大跑者提供服务。

加速构建急救保障体系 上海守护市民安全健身

本报记者 丁荣

为切实贯彻《上海市公共体育场馆开放运营管理办法》,提升市民健身安全保障水平,6月24日,“守护全民健身 AED·救在身边”——AED设备捐赠暨急救培训专项公益行动在长宁区周家桥街道社区市民健身中心启动。

2024年施行的《上海市体育发展条例》已明确规定公共体育场馆应当配备自动体外除颤器(AED)。2025年1月1日正式施行的《上海市公共体育场馆开放运营管理办法》进一步细化了相关操作要求,明确“必须”按“黄金4分钟”原则配备AED,确保公共体育场馆落实到位。

本次活动是落实新规、构建安全健身环境的重要实践。在各方共同

努力下,向全市30个市民健身中心捐赠了30台AED急救设备。这些设备将科学部署在健身中心的关键区域,确保紧急情况下能够快速取用。活动现场,急救专家强调了“黄金4分钟”的极端重要性:“心脏骤停患者的最佳抢救时间窗仅有4分钟。在最佳抢救时间内使用AED进行除颤并配合心肺复苏,能够显著提高患者存活率达50%至70%。”专家指出,我国每年约55万人发生心脏骤停,其中运动相关性猝死占比高达17.9%,运动场馆已成为心脏骤停的高风险场所,凸显了配备AED和普及急救技能的紧迫性。

设备到位是基础,人员会用是关键。为确保AED设备真正发挥“救命神器”的作用,本次活动同步强化了急



市体育局副局长宋慧、长宁区副区长顾洁燕、市体育发展基金会秘书长沈华以及捐赠商共同启动本次公益行动

救技能培训,不仅为30位市民健身中心一线工作人员提供专业的“AED急救证”培训服务,更将联合专业急救培训机构,为全市近400名社会体育指导员开展系统的急救科普与技能实操培训,旨在培养一支遍布各健身中心、熟练掌握AED操作和心肺复苏技能的专业力量,构建“设备可用、人员会用”的急救保障网,提升本市全民健身场所的整体应急救护水平。

未来,上海市体育局将持续携手有资质的专业急救培训机构,积极引导和鼓励更多社会力量参与,共同推动AED设备在公共体育场馆乃至更广范围的普及应用,不断完善社会急救体系建设和公众急救技能培训长效机制。通过政府、专业机构、社会力量与市民的协同努力,让“安全感”伴随每一位健身爱好者,为守护全民健身构筑运动安全盾。



本报记者 丁荣

6月27日至29日,2025年WDSF亚洲青年霹雳舞锦标赛、2025年WDSF亚洲霹雳舞锦标赛在上海市黄

霹雳群英齐聚黄浦 亚洲风采闪耀卢湾

浦区卢湾体育馆举行。两场亚洲霹雳舞的巅峰盛会备受瞩目,来自亚洲13个国家和地区的近300名选手在三天的时间里展开激烈角逐。

本次比赛由世界体育舞蹈联合会、亚洲体育舞蹈联合会、中国体育舞蹈联合会、上海市体育总会主办,上海市体育舞蹈运动协会、上海市黄浦区体育总会、上海市卢湾体育中心承办。本次亚青赛不仅是首次举办,还是2026年达喀尔青年奥运会的积分

赛,对于选手们而言意义非凡。

此次赛事不仅承载着霹雳舞从街头文化迈向奥运殿堂的梦想,更续写着体育舞蹈与黄浦区二十载的深厚情谊。黄浦区人民政府副区长、中国体育舞蹈联合会副主席袁园在致辞中回顾了黄浦区与体育舞蹈的深厚渊源:“自2004年中国首次争取到世界体育舞蹈联合会赛事举办权,黄浦区便成为首个承办WDSF分站赛的赛场。二十年来,黄浦区始终是体

育舞蹈传奇的见证者与书写者。未来,黄浦区将一如既往地筑就平台,持续提升赛事能级,为亚洲舞者提供巅峰竞技舞台;深化“进校园、进社区、进商圈”模式,让霹雳舞的律动成为黄浦都市活力的跃动符号;促进交融,推动体育舞蹈与文化旅游互鉴共荣,让舞蹈盛宴成为点燃黄浦全域的文旅引擎。”

黄浦,这片承载历史文脉、拥抱多元文化的热土,与霹雳舞的自由精神与创新基因天然契合。石库门的厚重底蕴与摩天大楼的现代光影在此交融,海纳百川的城市品格为街头文化的生长提供了丰沃土壤,它不仅是技巧的竞技场,更是青年人表达自我、突破极限的生命力象征。

虹口足球场再迎足球盛宴 青少年首登专业球场



本报记者 丁荣

上个周末,尽管烈日炎炎,2025年上海城市业余联赛“虹赛场”虹口超级杯8人制足球赛在虹口足球场火热进行。

本次赛事由上海市社会体育管理中心指导,虹口区体育局等单位主办,上海市足球协会支持,虹口足球场管理有限公司承办。比赛设成年组与青少年组,共32支队伍、650余名选手参赛。其中,青少年组创新性地将分为9-10岁和11-12岁两个年龄段,各八支队伍参赛,开创全国先河,让低龄青少年足球选手首次踏入专业足球场,感受足球魅力。

瑞虹社区队队员孙文杰已是连续三届参赛,从第一届的四强到上一届的冠军,他见证了赛事的成长。他表示,足球已成为瑞虹社区的体育名片,此次社区共派出伍瑞虹社区、瑞虹星星、瑞虹久柔三支队伍参赛,上演“瑞虹德比”。他感慨道:“能进入虹口足球场内场比赛,对于上海球迷来说,虹口足球场是一种情怀。从到这里看球,到进场踢比赛,是一种骄傲。尤其是孩子们也有机会在看台上看自己和叔叔们的比赛,这也是上海足球底蕴的一种传承。”