

马拉松降“虚火” 减量提质成新态势



国内的马拉松赛事在经过多年快速发展后,如今呈现出减量提质的新态势。同时,一线城市在马拉松市场上的领跑作用也得到进一步凸显。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

每年的3月至5月、10月至12月总是国内马拉松赛事的热闹时段,因为气候因素是该项运动中特别重要的一环。不过在近两年中,已经有路跑爱好者感受到了赛事数量“做减法”的态势。根据中国马拉松官网数据,今年3月下旬的两个周末,国内共举办了39场马拉松赛事(包含全马赛事和半马赛事),较前两年有缩水。而在新近发布的《2025中国马拉松赛事蓝皮书》上,这一转变体现得更加明显。

《2025中国马拉松赛事蓝皮书》显示,去年国内共举办了594场马拉松赛事(包含全马赛事和半马赛事),与2023年的622场和2024年的696场相比,数量有较明显缩减。而与之

形成反差的是——参与赛事的选手总规模在增加,完赛总人次在增加,整体的平均完赛成绩也更快了。这一“温差”所体现的是:在需求端与供给端的碰撞中,中国马拉松正告别粗放式发展的“1.0时代”,渐渐走向更规范、更专业的新阶段。

新阶段的显著特征之一就是减量提质。国内的马拉松赛事变少了吗?在这个问题上,不少路跑爱好者的感受或许都是有所耳闻,但实际影响不明显,其背后的原因是那些被做了减法的赛事,大多本就“存在感”不强。

去年下半年,中国田径协会发布《中国田径协会关于进一步规范马拉松赛事相关工作的通知》《群众性短距

离路跑赛事活动组织办法(试行)》等一系列新规,被业内视作是给持续升温的马拉松赛事“降温”的重要举措。该《通知》以压实赛事主办方主体责任为核心,明确要求建立并严格落实赛事组委会主任负责制,成立由属地政府相关负责人牵头、各责任部门共同参与的赛事组委会,切实贯彻“谁主办、谁负责”的管理原则。归纳重点——要统筹推进马拉松赛事安全、有序、高质量举办。

再回归前面的话题,到底是哪些赛事被做了减法?答案:主要就是那些没有足够经济实力却盲目跟风上马的项目。

在赛事总数量有所下降的同时,那

些拥有良好口碑的赛事的参赛名额则是越来越难抢了。如上海马拉松、厦门马拉松、扬州半程马拉松、眉山仁寿半程马拉松等白金标赛事,近几年它们的报名人数和中签难度都明显增加。

与此同时,这一系列新规还要求办赛主体强化风险防控与安全保障机制,同时进一步引导参赛者树立“量力而行、安全完赛”理念。将短距离的欢乐跑项目从马拉松赛事中移除,新规发布后的这一变化曾在跑者群体中引发讨论,不过经由大半年的适应后,很多人已理解个中缘由。将短距离项目与马拉松分类管理,同时也鼓励短距离赛事的多多举办,此举有助于增加满足不同能力跑者需求的有效供给。

市区联动 共谋新篇

宝山区体育总会
赴市体育总会交流学习



本报记者 李一平

4月9日,宝山区体育局党组书记、局长葛蕾携宝山区体育总会相关人员一行赴上海市体育总会交流学习。上海市体育总会常务副主席赵光圣、上海市体育总会秘书长章璐、上海市体育总会副秘书长夏静莺等出席座谈会。

双方围绕深化市区两级体育总会联动、促进体育社会组织协同发展,就加强资源共享、赛事联动、人才互通等方面深入交流,共同探讨高效衔接机制与合作路径。赵光圣常务副主席在总结发言中,对宝山区体育总会工作成效给予高度评价,并希望双方进一步加强沟通对接、深化交流合作,携手推动体育事业高质量发展。

随后,一行人参观市体育总会宣传展示区,了解发展历程与重点成果;走访体育社会组织服务中心及“上海体育·一网通办”线下政务服务大厅,了解相关情况介绍,并就政务服务优化、社会组织管理等方面交流探讨。

2021年至2025年,宝山区体育总会连续五年参与上海市体育社会组织专项资金申报,先后获得上海市体育社会组织专项资金奖励的“综合奖”“社会服务奖”“人才培养奖”“党建先锋奖”和“品牌赛事奖”。通过主动对接上海市体育总会,宝山区体育总会积极寻求指导和帮助,逐步明确宝山区体总改革发展方向。

目前,宝山区共有27家单项体育协会。自2020年起,宝山区体育总会进行了一系列大胆改革创新,敢于刀刃向内,直面改革中的矛盾和冲突,探索了社会人士广泛参与、积极作为的新机制,革除了原来比较单一的人员构成模式,一扫以往传统机制下的沉闷之气,焕发出新活力。

2026年,宝山区体育总会计划将继续引入社会资源,深化商业合作模式,加强与周边地区合作,探索上海其他区及长三角城市体育组织交流。同时,今年恰逢协会换届,通过换届优化组织架构,调整和充实协会领导班子及理事会成员,选拔有能力、有热情、有责任的专业人才和社会人士进入协会管理层,提升协会决策水平和管理效率。同时,宝山区体育总会还将积极和市体育总会、市级单项协会及市级单位学习合作,探索新的工作机制。

一线城市继续领跑

同样举办马拉松赛事,一线城市的辐射能力和吸引力就是大概率比其他城市强出一截,这种“赢在起跑线”的情况,其实是对城市综合能力和优势的一种再度体现。

《2025中国马拉松赛事蓝皮书》显示,赛事平均辐射半径整体随城市等级提升而增大,其中一线城市的优势最为明显,而新一线以下城市之间的差异相对有限,“一线领跑”态势依旧明显。为何一线城市能成为马拉松赛事的“最强引力场”?背后其实是城市综合实力、资源禀赋与赛事需求的多重契合。

首先,完善的城市基础设施和成熟的赛事运营体系,是一线城市举办马拉松赛事的核心底气。马拉松赛事对城市交通、医疗、服务等配套设施有着极高标准,一线城市经过长期的发展积淀,已构建起全方位、高标准的赛事保障能力,如此就能比较从容地应对赛事所需。

第二,马拉松已超越体育竞技本

身,成为拉动消费、激活产业的重要引擎,而一线城市的经济实力和消费潜力,恰好与赛事需求高度匹配。一线城市强劲的经济支撑与商业价值,可以为赛事发展注入持续动力,而这种“赛事+消费”的良性循环,就进一步让一线城市成为赛事落地的上佳之选。

第三,马拉松也是被公认的“城市名片”,一座城市的文化底蕴和影响力,无疑能赋予赛事独特的品牌魅力,而一线城市的文化资源和品牌效应,则有助让赛事更具吸引力与传播力。同时可以一提的是,一线城市的媒体资源也会更加丰富,更有利于实现赛事的全球化传播。

一线城市的“马拉松魅力”,本质上是城市综合实力的集中体现。在目前国内赛事减量提质的背景下,一线城市凭借基建、经济、文化、人群等多重优势,不仅能为赛事提供高品质保障,也更有机会去实现“举办一场赛事,热火一座城市”的双赢效应。



展银龄风采 孙海平任总教练

上海老年体育代表团出征

本报记者 丁荣

4月8日,徐汇区斜土街道社区党群服务中心内气氛热烈。第五届全国老年人体育健身大会上海市代表团出征仪式暨第四届上海市老年人体育健身展演大会在此隆重举行。奥运冠军刘翔的教练员孙海平、中国女排名将周鹿敏、亚运会田径冠军吴丽萍等体育界前辈齐聚一堂,共同为即将踏上征程的上海“银龄军团”壮行。

出征仪式上,市体育总会常务副主席赵光圣主持仪式。随着市老龄办副主任秦国剑挥旗授旗,本届老健会上海市代表团总教练孙海平接过团旗,周鹿敏、吴丽萍担任护旗手。三位不同时代的体育传奇人物携手接旗,象征着体育精神的薪火相传,将现场

气氛推向高潮。

作为总教练,孙海平以“身子健,在于动”为主题寄语参赛队伍。他强调,全国老健会是老年人的“全运会”,提出了“安全、健康、拼搏”三大理念。他承诺将利用专业资源协助备战,希望老运动员们在确保安全的前提下,赛出风格、赛出水平,展现上海“人人运动、人人健康”的活力城市形象。

据介绍,本届上海市代表团规模空前,由300多名运动员和教练员组成,年龄跨度从55岁到75岁。为践行“重在参与、重在健康、重在快乐、重在交流”的办会宗旨,市老体协创新采用“市区联动”机制,由各区老体协承办组队,实现了乒乓球、网球、气排球、太极拳等14个项目的全覆盖。

值得一提的是,桌上冰壶球项目

将于今年在上海青浦区举办,这是上海首次承办全国老健会单项比赛,标志着上海老年体育办赛能力的新突破。

出征仪式后,第四届上海市老年人体育健身展演大会精彩上演。来自各区的优秀队伍带来了广场舞、健身秧歌、非遗项目等特色表演,三支全男性队伍的刚劲展示更是赢得满堂彩。本次大会还开通了线上直播与网络投票通道,吸引了近20万网民在线观看并参与投票。经过激烈的网络角逐,一、二、三等奖最终揭晓。此次活动的成功举办,不仅吹响了上海军团征战全国老健会的号角,更为广大老年体育爱好者搭建了展示交流的平台,有力推动了上海老年体育事业迈向新台阶。



奥运冠军刘翔的教练员、本届老健会上海市代表团总教练孙海平担任接旗手