



## 更“一签难求”的背后

# 是对上马的直球肯定

在全马名额数增加7000席的情况下,2026上马的中签率却还是刷新出了赛会新低的6%,多达381988人的创纪录预报名热度,成了决定数据走势的关键。一定意义上,更“一签难求”的景象背后,正是国内外跑者向30周岁的上马和办赛城市上海发来的最直球的肯定。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

## 数字里藏细节 更需正确解读

上周,2026上马公布中签结果,在全马名额总数扩至3万席的情况下,中签率却被定格于6%。在几家欢喜几家愁的同时,很多无缘在今年登上选手名字墙的跑者纷纷表示了要来日再战的决心。中签率是马拉松赛事的口碑晴雨表,赞誉愈盛,席位愈稀缺,30周岁的上马正在一边进步一边体会。



“上马中签率创新低”,这是一个自带流量的话题,但当有些自媒体只盯着“流量”二字钻研时,正常的讨论和感慨就变了味儿。前几日被较多提及的是一道数学题:预报名总数381988人乘以中签率6%,约等于23万人,那3万个名额中余下的约7000个名额跑哪儿去了?其实,这道题压根儿不能这么解读、这么算。

来自国内外的精英参赛选手代表了赛事的最高速度,但更大程度上,大众跑者才是赛道上的主体。2026上马的中签率是6%,但最终会参赛的大众跑者却不仅仅是来自抽签池中的6%的幸运儿,通过直通名额(上海半程马拉松、上海女子半程马拉松、苏州河半程马拉松都为名列前茅的大众完赛者提供直通名额)、赞助商名额、国际旅行者项目(ITP)名额得以参加上马的大众跑者,他们也得被计入。

另外,话分两头说,上马正处于向马拉松第九大满贯冲刺的关键阶

段,如果它能在2026届办赛之后顺利通过大满贯候选赛事第二阶段的考核,就将于2027年正式成为第九大满贯。而从现存的八大满贯来看,设一个大众抽签池并将约76%的名额投入其中的上马,它其实有着颇高的“大众友好”属性。

大名鼎鼎的波士顿马拉松,它压根儿没设随机摇号的大众抽签池,约80%的名额都是按照“赛事达标线+按速度择优录取”来分配。伦敦马拉松投放到大众抽签池中的名额占比也是出了名的低,约2/3的参赛席位都关联给了慈善机构。与现存的大满贯赛相比,上马对大众抽签池的友好程度,与东京马拉松大致持平,明显比波士顿马拉松、伦敦马拉松、纽约马拉松更加友好。

所以说,一方面“一签难求”是现实,也是广大跑者对上马和其举办城市上海投出的最直球的肯定票,而另一方面,上马也已在尽己所能地保障更广泛的大众跑者的参与可能性。

## ITP并非搞特殊 是大满贯的国际标配

从2023年开始,上马就参照马拉松大满贯赛的服务标准,开始试水国际旅行者项目(ITP),但直到今年,这个项目似乎才在赛事愈加“一签难求”的情况下变得弹眼落睛,成了被讨论的对象。

国际旅行者项目(ITP)推出的服务选项,其实是打包了参赛名额和旅游套餐,它的服务对象明确为海外跑者(中国大陆和中国港澳台的跑者不可报名)。为什么要区别对待?这可能是部分人的疑问。但其实——这不是上马的独创,而是在包括马拉松大满贯赛、部分白金标赛和金标赛上早已运行多年的服务国际参赛者的配置。

国际旅行者项目(ITP)是为“吸引全球跑者参与,提升赛事的国际影响力”而生,所以它的服务对象才被明确为海外跑者。近年来,越来越多的国内跑者拥有了去国际上体验大赛的机会,他们中相当一部分人就是通过其他大赛的国际旅行者项目(ITP)得以顺利参赛。

根据上马的官方数据,2026上马吸引了来自116个国家和地区的13973名国际跑者报名。生活在国内、对上马比较熟门熟路的外籍人士,生活在国外且具备自行报名和自由行动能力的外籍人士,以及通过国际旅行者项目(ITP)初来乍到的国际跑者,他们将一道为上马的国际化更添成色。

## 第三届“哈扎劲运动会” 燃动暑期 运动激活消费 焕新生活



本报记者 丁荣

7月4日,第三届瑞虹新天地“哈扎劲运动会”开幕,贯穿整个暑期,为上海市民带来一场全民参与、全域升级、文商旅体展深度融合的运动狂欢。

本届运动会在上海市体育局、上海市精神文明建设办公室指导下,实现赛事生态与运营能级双重跃迁。活动以“来赛伐”“轧闹忙”“好白相”“哈格算”四大核心板块为抓手,以运动链接商居办大社区、以科技焕新运动体验、以赛事流量串联商业消费,持续夯实城市标杆运动IP地位,全力打造上海“文商旅体展”融合发展的优质示范样本。

依托瑞虹新天地超复合社区独特生态优势,本届运动会规模、品质与影响力全面刷新纪录。活动横跨五大商业与办公场域,以59天超长周期,落地超31场重磅赛事,53类多元化运动项目、超250场特色体验活动,创新打造商圈、楼宇、虚拟、夜间四大赛事场景,实现“全人群、全时段、全场景”,全面覆盖亲子家庭、职场白领、青年潮人、银发群体等各类客群。

赛事运营模式迎来里程碑式革新,本届全新首发两项“哈扎劲杯”原创IP赛事,携手专业机构打造标准

化、品牌化自主赛事体系,筑牢IP核心辨识度;同步落地七项社区联盟共创赛事,联动商圈运动品牌、社区资源共建共享赛事生态。通过深度联动场内百家商户,这场属于上海市民的“阿拉自己的运动会”,既是全民乐享的体育盛宴,更是激活暑期消费活力、赋能区域文体经济发展的核心载体。

历经两届深耕沉淀,“哈扎劲运动会”已然完成从“0到1”破局到“1到N”规模化、体系化发展的进阶,先后斩获“2025长三角体育消费创新场景优秀案例”等多项荣誉,成长为虹口乃至上海极具代表性的城市级运动IP。

### 上海大众体育季青少年户外体适能系列赛浦东启幕

7月4日,2026年上海大众体育季·青少年户外体适能系列赛将在浦东正大广场3层黄金大道迎来启幕专场。作为全年系列赛的首发亮相活动,本次启幕赛选址毗邻东方明珠的商圈核心客流区,以轻量化沉浸式体验关卡向市民普及户外体适能运动理念,为后续多场户外正式赛事预热造势。活动面向4至12岁儿童及亲子家庭免费放出体验名额,吸引了300多组家庭到场参与。

启幕赛现场设置六大闯关体验关卡,将专业体适能训练融入游戏化挑战,覆盖力量、敏捷、协调、耐力等核心素质,家长可陪同孩子共同

完成挑战,在互动中收获运动乐趣与亲子时光。市民可通过“来沪动!人人来赛”小程序报名参赛,赛事签到、完赛获奖均可累积上海市民运动健康积分,用于积分商城权益兑换。

继正大广场启幕赛之后,2026年上海大众体育季·青少年户外体适能系列赛将陆续登陆金山、嘉定、崇明、宝山四地,贯穿全年。结合各地属地资源打造风格各异的主题赛道——既有滨海沙滩的踏浪体能挑战,也有汽车文化加持的工业闯关;既有生态田园里的农事主题探索,也有硬核风格的军事战术试炼,多场景、多主题的户外赛事布局,将为沪上青少年带来持续更新的运动成长体验。

### 全国老健会桌上冰壶球活动在沪举办

6月23日,第五届全国老年人体育健身大会桌上冰壶球开幕式在上海市青浦区华新镇西郊国际展示直销中心举行。

本次桌上冰壶球交流活动是上海首次承办全国老健会的单项比赛。赛事设置科学齐全,涵盖男单、女单、混双、男双、女双及混合团体六个竞赛项目,适配老年运动员的运动特点与参赛需求,在方寸桌面的精妙对弈中,充分展现当代老年人积极向上、活力昂扬的精神风貌。赛事覆盖面广、参与度高,吸引了全国29个省、自治区、直辖市、计划单列市及各行业体协的30支代表队、近400名老年运动员参赛,各地银发健儿齐聚申城,以壶会友,共享运动乐趣。

本次交流活动以体育为纽带、以文化为内核,旨在打造一场集老年健身、文化交流、文旅体验于一体的银发体育盛会。赛事期间,参赛选手在比拼技艺、交流健身心得的同时,既可参与西郊国际“六业”(农文旅商体展)融合市集的体验活动,还可在参赛之余领略青浦江南水乡的独特韵味,让全国银发健儿体验到“一场赛事、一程邂逅、一段美好”,在运动健身中收获健康快乐,在江南风光中感悟岁月静好。

