



中国·广东(香港)澳门 2025
China-Guangdong (Hong Kong) Macao

申耀

粤港澳

Shanghai

2025 第十五届全国运动会
特别报道

新民晚报 11

2025年11月15日/星期六
本版编辑/沈毓烨 本版视觉/邵晓艳

跨境马拉松跑出深港新蓝图

◆ 金雷

全运
场外音



选手跑过深圳湾口岸

今天上午7时,第十五届全运会马拉松比赛鸣枪,来自全国23支队伍的71名参赛选手从深圳湾体育中心出发,通过深圳湾口岸,经深圳湾大桥进入香港,至港深西部公路后折返,再经东滨路、前海路返回深圳湾体育中心,完成42.195公里的赛程。

如果对这段路线,大家略有些摸不着头脑的话,不妨简化成一句话来理解——这是全运会历史上首次跨境马拉松,提供了一线连起双城”的独特体验。参加本次比赛的运动员,有幸用脚步丈量大湾区联接紧密的物理空间,进而感受深港两地共通的城市脉搏。

本次比赛深圳段为20.345公里,香港段为21.850公里。选手途经深圳湾公园、大沙河生态长廊、福田红树林保护区、米埔自然保护区,同时串联起深圳国家高新区、前海蛇口自贸片区、前海深港现代服务业合作区、深圳

城市核心区和香港的自然生态区,体验无需刷通行证、一口气跑通深港的丝滑感受。

这份丝滑的背后,自然是深港两地深度融合、高效合作的成果。赛事所经的深圳南山区和香港元朗区相关部门,通过机制创新和科技赋能,确保选手在比赛开始之前完成所有查验通关流程,全程享受跨境马拉松带来的别致风情。

发令枪响之际,运动员迈出的第一步,即是见证历史的一步,标志着借助全运会赛事平台,两地城市空间和交通网络的融合进入新的阶段。一致的办赛理念,贯通的办赛体系,共赢的办赛效果,最终展现的,是粤港澳合力发展的美好未来。

本届粤港澳全运会,多城办赛、跨境办赛是一大特色,马拉松和公路自行车赛均获得社会各界高度关注,影响深远。通过陆路口

岸、跨海大桥的连接,三地早已消除物理空间上的隔断,如今借助跨境办赛,三地在心理上的距离也迅速拉近。今天上午,当何杰、张德顺等65名内地运动员和6名港澳选手一同完成42.195公里的赛程后,赛事相关的深港两地部门、人员也完成了一次深度融合的演练。从这个意义上讲,完赛奖牌不仅要挂在运动员的胸前,也该授予两地在幕后付出的所有同仁。正是大家都怀揣着“同梦同圆”的真挚愿景,这场跨境马拉松才得以成功举办,并载入史册。

有了“深港样板”这个成功的开端,相信今后粤港澳三地的合作会更加深入全面。这种三地共同推进、共同协作的竞赛组织方式,加强了香港、澳门与大湾区其他城市以及内地其他地区的体育交流,也为未来吸引更多国际顶级赛事落户大湾区增添了砝码。

16岁赵一程全运会摘金,社会办训开花结果

上海实践攀出新途

全运 幕后

去享受比赛

十五运的攀岩速度赛竞争相当激烈,参赛的选手中,有奥运银牌得主伍鹏、邓丽娟以及新科世锦赛冠军龙见国等,星光熠熠。攀岩也是现代年轻人钟爱的一项极限运动,上海小将赵一程就在自己的首届全运会中,收获了攀岩男子速度赛金牌。

相比难度赛和攀岩比赛,攀岩速度赛的观赏性非常高,男选手的完赛成绩均在5秒左右,女选手也能达到7秒。选手们需要在A、B两条赛道上各攀爬一次,比拼更好的那次成绩。全运会攀岩比赛设在广州大学城的极限运动中心内,吸引了许多年轻观众前来观看,观众与选手,都是同龄人。

16岁的赵一程是速度攀爬领域的新鲜血液。今年3月,他两度以4.65秒刷新世界纪录,让人们对于男子项目的潜力有了新的认识。不过,争夺决赛名额的资格赛中,首轮赵一程爬到中途突然一个岩点没有抓住,成绩差了很多。这样的结果,令他自己都有点无法相信。“其实我状态是比较好的,这个技术失误出现得有点意外。”次轮,他依旧凭借实力拿到能够晋级决赛的成绩,“第二次我选择了比较保守的战术。”

这样的起伏,也让赵一程的心态放松了不少,“已经捡回来一条命了,决赛没什么顾虑的,冲吧。”昨晚的决赛,赵一程果然冲上顶峰,他在淘汰赛一路过关斩将,并以4.72秒打破全国纪录超越亚洲纪录,最终在金牌赛中战胜对手,为上海摘下这枚全运金牌。

和赵一程相似,女子组资格赛中,黄欣怡在A道的首次尝试也不太理想,好在第二次的结果令人惊喜,甚至超越她训练时的最佳成绩。赛后黄欣怡透露,这次来全运会比赛正处生理期,即便站在攀岩墙下,身体还有些软,“热身时肚子还有些难受,我就跟自己说:把它忘掉,去享受比赛。”

普及中提高

赵一程和黄欣怡都是来自上海东浩兰生攀岩队的运动员。在上海,近些年攀岩运动普及得非常快,经常参与攀岩的人数不断增长。攀岩也是一项适合在城市开展的极限运动,尤其上海拥有100多家岩馆,数量为全国单体城市中最,为社会办训的模式提供了优厚的场地条件。

上海队领队孙健立告诉记者,攀岩被列为奥运会正式竞赛项目后,金牌数量从2枚增加到4枚,2028年洛杉矶奥运会,将增加到6枚,这说明攀岩在全世界范围内受到的喜爱和认可,也让更多中国优秀的青少年选手加入这个项目。“上海积极探索攀岩社会办训的模式,首先要喜欢,参与的人多了,就能够往高水平的精英运动员方向发展。”

此外,国内也积极承办攀岩比赛,这让全世界高水平的运动员来到中国,与国内的高手、爱好者交流。孙健立说:“上海周边每年就要举办攀岩世界杯的两站比赛,一站是绍兴柯桥,一站是吴江汾湖,这两站赛事离上海都非常近,我们的运动员去参加很方便,可以直接与国外同行交流。”

上海东浩兰生攀岩队在保障科学化、系统化、数据化的训练外,还为队里配备了康复和理疗人员。这样能兼顾学业和训练的办训模式,吸引更多青少年投入进来。全运会现场,临时搭建的观众席上坐满了年轻观众。一名玩攀岩的男孩由妈妈陪伴来看全运会比赛,他说:“我喜欢这个项目,因为它很考验人的耐力。有时候爬到一半爬不动了,但你再咬咬牙坚持一下,还能爬上去。”孙健立说:“参加攀岩运动对孩子的生长发育是有好处的。家长也希望孩子能够从事比较时尚、新颖的运动项目。这种模式也会受到更多家庭的关注。”

不放松学习

上届陕西全运会,上海攀岩队斩获全运会历史上第一枚攀岩金牌;2023年、2024年攀岩世青赛上,上海选手连续两年为中国队夺得金牌;在2024年全国攀岩锦标赛中,上海队在拥有众多奥运选手的各省市区队伍中脱颖而出,勇夺速度攀岩金牌。

像赵一程和黄欣怡这样的优秀运动员,就是通过体教融合、社会办训冒出来的好苗子。“平时我们的训练效率比较高,因为还要在学校上课。”赵一程



赵一程在决赛中



采访视频
扫码看

会利用学习之余的时间来完成训练比赛,即便遇到全运会这样的大赛,也没有因此放松学习,全运会的备战强度比较大,赵一程为此跟学校请了假,但有一空闲,他就抓紧阅读和外语的学习,“英语学好了,以后在国际赛场上可以和其他选手没有阻碍地交流。”黄欣怡惦记着全运会后马上回学校,恢复上学、课余训练的节奏。这次在赛区,她也把书带在身边,“有时间的话就看看。”

体教融合的培训模式,让攀岩小将始终保持着对这项运动的热情。赵一程虽然在去年的国际选拔赛上两度打破世界纪录,成为速度攀岩项目最年轻的纪录保持者,但他坦言不太看重这些,“(心态)没有太大变化,就是一直努力去突破自己的极限,把能做的做到最好。”

黄欣怡下了赛场,就是个邻家女孩。她透露,训练之余,自己喜欢去抓娃娃,“这很解压。我已经找好了,等比赛结束,离赛场不远的地方就有娃娃机。”

特派记者 金雷 (本报广州今日电)



▲ 赵一程(右)与龙见国在赛后交流
本版图片 新华社 发



黄欣怡在比赛中