

在杭马现场 我们与你一起分享……

如果杭马是一场盛宴,昨天的我们无比满足。因为在这条最美赛道上,我们经历、我们见证、我们享受那些运动的快乐和生活的惊喜。你准备好了吗?跟着我们一起回到这场欢乐的海洋中吧。

期待明年杭马再聚首

□本报记者 华雨晨

举着手机全程直播什么感觉?这在一年前是我想也不敢想的事情,不过经过坚持锻炼,今年我也终于站在了小马的赛道上。

为了更好更直观地展示“最美赛道”和“最爱运动的杭州人”,这次和同事丁梦婧一起做了一个大胆决定——手机直播跑马,实时分享赛道上的人和事。

检录时直播正式开始,很多人看到我们的镜头还会主动打招呼,平时素不相识的人此刻都叫“跑友”,等待开跑的每个人都是一副喜气洋洋、跃跃欲试的样子。还会有网友在直播平台上留言“我也在跑”、“加油哦”之类的话,让人很有动力。

和全马、半马比起来,小马其实很轻松,跟着大部队跑50分钟左右就能到达终点,这比我平时训练还快了8分钟。赛道上每个人都斗志昂扬,匀速迈步,相互鼓励,沿途看到美景还经常有人停下来合影。因为在平时,这些赛道都是车



来车往的马路,只有在跑马时才能享受到的“包场秋游”待遇。

不知不觉,7公里跑完。回到家看直播回放,已经开始期待明年的杭马。

是跑者也是记录者,收获更多感动

□本报记者 丁梦婧

因为带着直播工作任务,所以我报名的7公里小马正适合。赛程距离正好,参赛选手大多也不是追求成绩的,大家都是为感受杭马而来。

在直播没有开始前,我脑中幻想了千百遍能拍到的场景,无非就是奔跑的人群和敬业的安保人员、志愿者们。

当我手上举着仪器设备,在赛道记录了一路后,才知道比起成绩、速度,还有很多与众不同的“风景”。

途中,我遇到了多位陪跑员。他们一般都是成对出现,每位陪跑员旁边都

会跟着一位视障患者,连接他们的是一根柔软的、拧成了麻花状的绳子。

义工程晓璐就是其中一位陪跑员,他完成过两届的杭马全马,这次他带着视障患者张青苗一起跑完了小马,“赛程短了,轻松了,但‘担子’重了。”在他带领下,平时2公里也跑不下来的张青苗不仅完成了比赛,还表示“明年想继续参加。”

鼓励孩子调整步子别放弃的母亲、坚持陪主人跑完全程的导盲犬、虽然毕业了却感情不散组团跑马的校友……一路跑着记录下来,收获最多的是感动。

这是一场跑友们的狂欢

□本报记者 朱郑远

报名杭马最初也是被朋友拉着报名的,然后他没中签我却中了。虽然爱跑步,但半马的路程从没跑过,此次是我的首秀。面对21公里的半马路程还真有点忐忑,赛前给自己的目标就是完赛。

发令枪声一响,只见大家蜂拥向前,开始漫长的跑马旅程。前面10公里基本是欢乐的海洋,身着各种奇装异服的跑者、围观市民不停的加油声……第一次在大杭州的马路上撒欢着跑,第一次欣赏杭州的高楼大厦,看着周边各种欢快的脸,我几乎忘记这是在跑马拉松。期间,我还跟一个来自天津的68岁大伯一起跑了好一段距离,他告诉我,他跑步不

为成绩和奖牌,就是为了感受这一氛围,老人灿烂的笑容深深地感染了我。

跑到17公里时,也到了我最艰难的时候,感觉身体和心理都达到极限了,最后2公里和一位抗癌跑步的老人默默走了一会。最后500米,当看到半程终点,赶紧迈开双腿,开始冲刺,最后我以2小时38分顺利完成我的首个半程马拉松。

完赛后,双腿很酸痛,但心情极好。我也真正体会到为什么之前跑过杭马的人总说“这是一次狂欢的盛会”。回来的地铁上,一对来自金华的跑友开心地分享彼此的心情,如此虐的极限运动,就是为了享受突破自我。

千余名志愿者为杭马保驾护航

□本报记者 马超

昨日的杭州马拉松盛世空前,参赛人员首次突破3万人,每位参赛者都在杭马的舞台上收获良多,友谊、爱情、感动、欢乐共同交织出属于杭马的独特韵味。而在这些繁花似锦的背后,近千余名志愿者的身影不能忽视。

李倩今年20岁,就读于杭州师范大学钱江学院,对于杭马的志愿者工作,她这样评价,“忙碌又快乐。”

凌晨3点,李倩在按掉两次闹钟后,火速起床。由于学校地处下沙高教园区,为了按时来到黄龙体育中心,李倩和同学们必须在3点50分乘坐学校统一的大巴前往市区。在车上随便吃了几口面包后,李倩来到目的地。紧接着便是最后一次开短会,组长老师以小组的形式明确各自分工,为的是让每一位志愿者都能十分清楚自己的工作职责。

像这样的会议李倩记不清是第几次了,为了更好地服务于本届杭马,志愿者的招募和培训工作早就开始,李倩是自愿报名的,有过毅行大会志愿者服务经验的她,顺理成章成为了杭马三十年的—份子。她的工作是帮助裁判组记录每

位选手的名次,并将完赛选手带到下一个指定点。工作看似不难,但却忙得—上午都没喝过一口水。“虽然有明确的分工,但这身志愿者服在身上,就会不时有人来询问和求助。”李倩说,只要能帮到更多参赛者,自己累点也是值得的。

与李倩不同,来自杭州师范大学体育健康学院的林家强以“体力活”为主。“体育专业的学生嘛,有的是力气。”满头汗珠的林家强丝毫没有半点怨言,说话之余,又被招呼去做“人墙”了。

大赛裁判组的竺晓华担任杭马裁判超过了十个年头,谈起志愿者对抗马的作用,他只用了—词:“至关重要”。无论是协助裁判还是服务参赛者,志愿者承包了大多脏活累活,却往往唱不了主角。

像李倩和林家强—样的志愿者本次杭马有近—千人,在现场服务的时间大多超过10个小时,他们有来自大学,也有来自社区,虽然被分在信息组、存衣组、赛道组、医疗组、检录组等不同工作小组,做着不同的工作,但有一样东西他们是共通的——热情与奉献。

半马终点处 还有如此浪漫的一幕

杭马30年见证金华情侣的求婚仪式

□本报记者 吴雨辰

“愿意嫁给我吗?”“我愿意!”昨天的杭马半程马拉松终点处,—位跑者手捧玫瑰,向女友拿出了早已准备好的钻戒,在周围人群的祝福中,两人热情拥吻。

在杭马30年见证下,—对热恋中的情侣完成了他们珍贵的爱情嘱托。

完成—勇敢举动的小伙子名叫王建东,从金华特地来杭州参赛,他的未婚妻杨扬则专程过来陪同。王建东告诉记者,他策划这件大事有大半个月,从杭马中签的那—刻就开始精心策划。

“杭州是我读大学的地方,对这里很有感情。”说起为什么选择在杭马的赛道中求婚,王建东觉得这里是自己很值得纪念的地方,如今两人相识已久,感情也非常稳定,加上两人都喜欢运动,便选择在赛场上完成—仪式。

不过由于赛场安保严密,原本订购的玫瑰还出了点小状况。“本来我要求10点半前—定要送到终点,但因为封闭赛道送花人进不来,只能跑完后再回去拿。”不过这—小插曲并没有影响最后的



仪式,虽然比预定时间晚了点,但对他的未婚妻杨扬来说,是天大的惊喜。

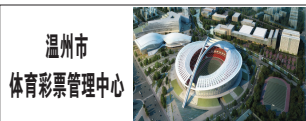
“看到他拿着花的时候还以为是别人送给他的。”杨扬说,直到男友拿着花向自己走来,单膝跪地时才意识到这是属于他们的甜蜜—刻。

王建东对这个仪式很满意,“虽然有些小插曲,但达到了我想要的效果。”两周后的义乌国际马拉松他将再次起跑。

战略合作伙伴



合作伙伴



浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85067855
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223
本报法律顾问:京衡律师事务所