

本版撰稿 本报记者 谢嘉伟

保障赛事安全“恒温”，风险防范方能一“马”平川

A 挑战自我安全为先

即将步入5月,对于参赛选手来说将会迎来并不舒适的天气条件,气温逐渐上升,虽偶有雨水降温,但每逢周末,30℃左右的气温将成为常态,加上汛期和之后将到来的黄梅天,当这些天气因素开始影响跑马赛事,不管是赛事主办方还是参赛选手,安全保障无疑是绝对前提。

在马拉松界,不管是“高温马”还是“低温马”,在极限天气进行跑马一直都是强者的挑战,甚至有跑

友也为了挑战自我而去特意挑选极端天气去跑马拉松。但是,如此天气条件必然会对参赛选手带来一些风险。在2017年第十三届全运会马拉松赛中,首次允许大众选手与专业选手同台竞技,但由于当日高温,参赛的3000名大众选手中有1600余人因中暑抽筋而接受医疗救治,创下参赛救治比例之最。随着时间推移,国家关于体育赛事活动的保障标准、规范、细则也在逐渐完善,从上到下对

于赛事安全这根弦也越绷越紧。

2019年,中国田协发布《关于加强近期全国马拉松及相关运动赛事竞赛组织安全的通知》(以下简称《通知》),其中就明确提出了在遭遇雷暴、冰雹、极端高温、台风等恶劣天气条件下,取消、终止、延期比赛的要求。在《通知》下发不久,当年的陕西宝鸡陈仓国际马拉松赛就因为天气高温而终止比赛,这也是中国马拉松历史上首次因高温而终止的比赛。

B 制度出台为“马”护航

浙江每年举办各项体育赛事场次、规模一直走在全国前列。特别是依托我省良好的自然山水禀赋,户外赛事和马拉松赛事近些年快速发展。2021年5月,浙江省体育局下发《关于全面加强体育赛事活动安全管理工作的通知》,强调体育赛事活动的组织与开展安全第一、生命第一、健康第一,要求管理上更严、举措上更实。

2022年,国家体育总局发布《关于建立健全体育赛事活动“熔断”机制的通知》和《进一步加强体育赛事活动安全监管服务的意见》。对体育赛事活动“熔断”机制的执行主体、启动条件、启动程序、处置措施以及监督落实、法律责任等六个方面进行了规范。

去年4月,针对马拉松赛事,我省发布《马拉松非职业选手参赛运动风险防控规范》(以下简称《规范》),并于同年5月开始实施,该规范也是全

国唯一的针对马拉松赛事活动制定的标准。在《规范》中,关于赛事组委会运动风险防控一栏中,就明确指出了举办马拉松赛事活动,适宜温度为5℃~15℃,气温不高于27℃,不低于5℃,相对湿度不高于80%。应针对比赛当天的天气预报,做好应急处理预案;宜为参赛者推送比赛日的天气情况及参赛温馨提示短信。

除此之外,该规范将个人运动风险防控以及赛事组委会运动风险防控分为赛前、赛中、赛后三个阶段,针对马拉松赛事各个阶段可能出现的情况,对参赛选手的注意事项,赛事组织的保障措施提供了规范细则。同时,《规范》中还给出了自我运动风险评估表、主观疲劳等级表、马拉松赛事医疗卫生保障体系、马拉松赛事中常见运动伤害的防控措施,早已从各个方面,充分照顾到马拉松赛事的每一个环节。

C 量力而行重在参与

“对于专业跑者来说,虽然经过训练,自身的耐力有一定提高,但遇到特殊天气条件还是会格外注意,更别说那些跑步小白了。”建德市随风长跑队队长毛健对于龙游马拉松取消全马项目表示了认可。他表示,龙游马拉松取消全马其实是个好事,面对这种天气情况,主办方的这种措施对于跑友们来说是很好的保护。

毛健表示,对于广大跑友来说,参与像马拉松这样的高强度赛事,最重要也是最基础的一点就是量力而行。尤其是在一些不太适宜的天气下,没有经过专业训练之前一定要谨慎尝试,当遇到这种可能会对身体造成伤害的情况一定要及时停止,切勿

可认为“咬咬牙”就过去了。不能“为了跑马而跑马”,这也是对马拉松这项运动的尊重。

浙江省体科所全民健身研究中心主任薛亮提醒,对于马拉松赛事安全参赛是第一位的。首先,运动员需要提前适应比赛当地温度,避免因不适应对身体造成影响。第二,无论是运动前、运动时还是运动后,都要及时补水,补充电解质。第三,运动后要及时进行恢复,对运动后的肌肉紧张部位进行放松牵拉。最后,运动装备也要选择透气性好的衣物。主办方也可以酌情增加补给点,让参赛选手们在过程中能够补足水分,并且在赛后能够及时给身体“降温”。

记者手记

“基石”源自意识提升

自从1910年在南京举办中国第一届马拉松赛事以来,这项运动在华夏大地上走过了百余年的历史。随着历史一步步的发展,关于这项挑战人类生理极限的赛事安全问题也逐渐被人重视起来,这也是现代体育运动随着时代发展的必然。

纵观国内的马拉松赛事安全的发展之路,因为安全问题而导致的血与泪的事件不在少数。但也正是经历了这些血泪的教训,带来了人们对于自身安全意识的进步。目前,关于赛事安全的问题也已经由原先的出现事件——意识进步——政策跟进这种以事件为导向的被动发展,转变为如今的自觉重视赛事安全,并推动各项保障措施落地的主动发展。

所以说,不管是马拉松赛事也好,还是其它各类体育运动赛事也罢,关于安全保障,其基石源自于各方对于安全的意识。只有当参与赛事的各方自我产生赛事安全保障意识,才能使赛事筹办筹备尽善尽美,与之相关的政策也能得到更好的发展和完善,同时出现意外状况时更能从容应对,更好保障其生命安全健康。



“

今年以来,各类大小路跑赛事在我省遍地开花。尤其是4月,浙江已然进入一轮“跑马季”。值得注意的是,在近期开赛的各项马拉松赛事当中,不管是赛前对参赛选手的指南,还是赛中赛后众多志愿者、安保人员的专注付出,都可以看见主办方对于赛事安全保障的格外重视。

近日,龙游马拉松组委会发出通知,由于4月30日比赛当天将出现高温天气,组委会经慎重考虑和综合研判,决定取消2023龙游马拉松全程(42.195公里)项目的比赛,半程、迷你跑、欢乐跑项目照常进行。通知一经发出,大部分跑友都表示理解,并且点赞了组委会的做法。近年来,国内不管是赛事活动筹办方,还是参加比赛的运动员,对于马拉松赛事的安全意识逐年提高。

”

