

# 樱花树旁奔跑 《诗经》画卷中穿行

## ——2021鹤壁马拉松赛侧记

□本报首席记者 朱向阳

沐浴春日暖风,迈出矫健步伐。4月的鹤城,樱花烂漫、气候宜人,一场如期而至的马拉松赛事点燃了奔跑健身的激情。

4月5日上午8时,2021鹤壁马拉松赛鸣笛开跑。一万多名选手如潮水般从起点处出发,浩浩荡荡的人潮壮观震撼,迅速汇成奔跑的欢乐海洋。本次赛事以“鹤舞樱飞”为主题,充分融入鹤壁本土文化元素,是我市在樱花文化节期间举办的首届马拉松赛。

### 10300多名选手共享奔跑乐趣

2021鹤壁马拉松赛不仅仅是一场速度的竞赛,更是一场体育盛会,也是一个市民欢乐健身的节日。

本次赛事共设全程马拉松(42.195公里)、半程马拉松(21.0975公里)、迷你马拉松(5公里)3个项目,共有来自全国各地的10300多名选手参加。其中,全马参赛1000人,半马参赛2000人,迷你马拉松参赛7354人。

“我第一次来鹤壁,感觉这里环境非常好,市民很热情。”跑步爱好者刘春霞身着彩虹裙从郑州赶来参赛。她说:“工作之余,我经常参加体育锻炼,身体健康才能更好地享受生活。”

“我们十几个人一起报名参加迷你马拉松,今天有好几个人是下了夜班匆忙赶来的。”一名来自市生活垃圾处理厂的参赛者告诉记者,“因为工作原因,我们全年无休,报名参赛主要是为了休闲放松,感受马拉松的魅力。”

“跑步使人身体的健康、心情舒畅。”53岁的参赛选手焦卫民背着音响、扛着大旗跑在其他队员前面,不时为大家加油鼓劲儿。他们是来自新乡市封丘县的“黎阳脚步”健身队,当天有70多名队员分组参加了比赛。

“全程有市民为我们加油鼓劲,志愿者提供了无微不至的服务,这让我十分感动。”男子全程组冠军赵虎说。

参赛选手信心满满,沿途观众热情呐喊,跑在前面的专业参赛选手装备齐全、匀速前行,科学地控制自己的跑步节奏。普通参赛者也沉浸在各自的欢乐中,他们有的异域装扮,不时拿出手机拍照;有的以家庭为单位,相互鼓励奔跑;有的团队组合,喊着口号步履铿锵。广大参赛者用自己的方式,尽情享受这场体育盛事带来的无尽乐趣,形成了一道亮丽的风景线。



我奔跑我快乐!



点赞老兵!



你们跑你们的,我俩是来打酱油的!

### 樱花树旁奔跑,《诗经》画卷中穿行

2021鹤壁马拉松赛以“鹤舞樱飞”为主题,融入淇河、仙鹤、朝歌文化等本土元素,主要途经路线为华夏南路樱花大道、兴鹤大街、湘江路、泰山路、鹤淇大道、淇水大道,既满足赛事的需要,又能集中呈现鹤壁樱花盛开的美景,凸显鹤壁的主要城市地标、景观和深厚的历史文化底蕴。绵延5公里的“最美樱花大道”上,万余株樱花竞相开放,十里樱花花开

成海,给赛事铺上了一层浪漫的粉色。

全马、半马的终点——淇河畔的朝歌文化园是以河南省重点文物保护单位鹿台遗址为中心建设的大型殷商主题文化公园。朝歌文化源远流长,淇河诗歌文化悠悠流淌,自然景观和人文景观交相辉映,时代风情与历史文化珠联璧合。参赛选手在奔跑中既可以感受花开成海的浪漫美景,又可置身《诗经》画卷,领略淇河秀美的自然风光,感受朝歌古城的历史文化底蕴,感受鹤壁独特的人文魅力。

轻盈透气的专属战袍、会唱歌的完赛奖牌,也很有鹤壁特色。为了让运动员

有更好的奔跑体验,赛事组委会在赛道起、终点和沿途设置了26处展演活动,既有气势恢宏的盘鼓、军乐表演,又有节奏欢快的街舞、韵律操,还有舒缓曼妙的扇子舞、抖空竹、太极扇等表演。

### 1600余名后勤保障人员提供温暖贴心服务

在奔跑的人潮中,有这样一群人,他们遍布赛道两侧,默默无闻地设人墙、布围挡、递纸巾、倒热水、举警示牌等,为参赛选手提供温暖贴心的服务保障。

“今天有近900名公安民警到场维护秩序,我们有信心、有能力确保赛事在我市顺利举行。”赛前,市公安局治安支队副支队长王勇合说。

本次赛事经中国田径协会技术认证,86名国派、省派和本地裁判员为赛事执裁。赛事以服务跑者为核心,致力于给跑友带来上佳的比赛体验,当天共有1600余名安保人员为比赛保驾护航,另有9辆救护车、2个救护站、18个医疗点、75名医护人员全方位为参赛选手提供医疗救助服务。

赛道沿途设置了饮水站、用水站、补给站共21处,1000余名志愿者分布在赛事起、终点及赛道沿途,从防疫筛查、物品发放、沿途补给、完赛服务等细节为参赛选手提供贴心服务。

鹤壁蓝天救援队蓝色救援服十分醒目,副队长秦俊杰胸前的党徽闪闪发光。他说:“我们特意加强了心肺复苏和心脏除颤专业训练,36名队员全力配合医疗和消防救援部门应对紧急情况。”

“我们早上6点到达检录处,开始各项准备工作,严防违禁物品入场。”检录组负责人蒋晓娜说。

中国联通鹤壁市分公司和中国移动通信集团河南有限公司鹤壁分公司全力配合赛事通信服务保障工作,不仅扩容基站、增设应急通信车、加强网络运行状况监控,还抽调业务骨干驻守赛道沿途各个基站,动态优化网络质量。

本次赛事严格按照要求选拔了官方配速员和急救跑者,在全马、半马终点设有赛后服务区,设置了5个冰敷池供跑友冰敷泡脚缓解疼痛,还有20名康复师和20名志愿者为跑友提供拉伸放松服务。

本文配图由鹤壁融媒体中心首席记者张文凯摄



# 赛事与文化有机融合 促进经济社会快速发展

## ——访河南省田径运动管理中心书记戴云鹏



戴云鹏

“马拉松运动越来越受群众的青睐。全国每年举办的马拉松比赛有1600多场,仅河南每年就有100多场。”4月5日,2021鹤壁马拉松赛开幕式现场,河南省田径运动管理中心书记戴云鹏向记者介绍。

## 赛事特色鲜明 掀起全民运动热潮

——访河南省田径协会会长刘斌



刘斌

来我省第一场马拉松赛事。

“鹤壁成功举办首届马拉松赛,不仅展现了鹤壁市委市政府敢于担当、敢为人先的精神,也开启了河南省田径事业、马拉松赛事的新开端。”刘斌说,鹤壁首届马拉松与樱花文化节有机结合,处处彰显了鹤壁特色。不管是赛场布置,还是奖牌设计、氛围营造等都体现了浓郁的鹤壁元素。

“参赛选手有1万多人,远远超出了我们的预计。”刘斌介绍,马拉松赛事的蓬勃发展,掀起了全民运动的热潮,也让全民健身更加亲民、更加多元。

“举行马拉松比赛,不仅让整个城市动了起来,也进一步带动了当地餐饮、旅游等产业的发展,对举办地经济社会发展有很大的促进作用。”刘斌说,鹤壁可以进一步扩大辐射范围,加大宣传力度,借赛事把鹤壁推向全国、全世界,进一步推动经济社会发展。

## 打造品牌赛事 助力高质量富美鹤城市建设

——访市教体局副局长李志强



李志强

“2021鹤壁马拉松赛成功举办,特别感谢相关部门的鼎力支持和配合。”4月5日,市教体局副局长李志强接受记者采访时表示,我市将把鹤壁马拉松赛设为每年举办的常态化赛事,助推全市体育事业和经济社会高质量发展。

李志强表示,我市还将以金牌标准办赛,努力把鹤壁马拉松赛办成我市又一体育品牌活动,全力打造“国内最美樱花马拉松赛”。同时,还将进一步挖掘鹤壁旅游、生态、文化等特色资源,打造更多体育精品赛事,助力健康鹤壁和高质量富美鹤城市建设。

## 活动秩序井然 服务优质全面

——访2021鹤壁马拉松赛赛事总管于志浩



于志浩

“不管是赛程设置,还是线路设置、赛事服务、物料补给、基础设施配备,各个方面都组织得特别好,符合高水准赛制要求。”于志浩表示,比赛沿途志愿者的贴心优质服务更是让他连连称赞。“比如,早上6点志愿者都到现

场了,帮助工作人员布置场地、耐心为参赛人员讲解注意事项、为选手加油鼓劲等。他们都很认真,及时为大家提供帮助和服务,没听到一个人喊苦叫累,令人非常感动,很值得人尊敬和赞赏。”于志浩一边说,一边为活动中志愿者的优质服务竖起大拇指。

就本届参赛选手,于志浩说:“专业选手的综合素质挺好,展现了专业选手应有的水平。尤其是半马选手,成绩都很好。”本届马拉松比赛,共有1万多人参加,鹤壁市民的参赛热情也同样给于志浩留下了深刻印象。

本版专访稿件及配图均由本报记者赵静采写、拍摄

## 下次鹤壁马拉松赛我还来

——访2021鹤壁马拉松赛全程男子组冠军赵虎



赵虎

“整体来说,鹤壁马拉松赛赛道很好跑,平坦宽阔,今天天气又特别好,很适合跑马拉松。”4月5日,来自贵州的赵虎获得全程男子冠军,在提及参赛感受时,他这样说。

赵虎表示,在鹤壁参加马拉松赛,

他真切感受到了鹤壁人民的热情和政府的有力保障。“让我充满感动且印象深刻的是,全程都有志愿者为我们加油鼓劲,还有沿途的市民,看到我都在为我加油。”赵虎说,赛场上医务人员、安保人员、志愿者等全方位的服务让他感受到了鹤壁市委市政府对这场赛事的高度重视,体会到了这座城市的温情。

2021鹤壁马拉松赛是赵虎今年获得的第一个全程马拉松比赛冠军,给了他继续前行的动力。“上大学的时候我就喜欢跑步,大学毕业后开始跑马拉松,在奔跑中一次次突破自己,不仅磨炼了我的意志,更让我明白了凡事都要坚持等很多人生道理。每次奔跑在路上看到路人为我加油,我浑身就充满了力量。”赵虎说,“这是我第一次来鹤壁。鹤壁是一座环境优美、历史文化底蕴深厚、基础设施完善的城市,下次鹤壁马拉松赛我还会再来。”

## 热情的鹤壁市民令人感动

——访2021鹤壁马拉松赛半程男子组冠军阿奴拜克·库弯



阿奴拜克·库弯

“今天天气十分清爽,赛道也很平坦,如此良好的自然条件,很利于选手发挥。”4月5日,25岁的新疆小伙儿阿奴拜克·库弯在接受记者采访时表示,从起点到终点,他跑得比以往任何时候都要快。此次比赛他以1小时6分50秒的成

绩,获得了半程男子组冠军,这比他平时训练时要快一分多钟。

今年是阿奴拜克·库弯参加马拉松赛的第5个年头。“跑步不仅锻炼了身体,我还结识了很多热心、充满正能量的良师益友。”阿奴拜克·库弯说,很荣幸能到鹤壁来参赛,鹤壁人民的热情、优美的环境令他印象深刻。“沿途遇到很多市民都为我喊加油、竖大拇指,这让我心里特别激动,也感到很暖心。”

关于如何正确跑步,阿奴拜克·库弯说:“开始跑之前、跑步后都要养成热身、拉伸的好习惯;特别是跑后,要注意肌肉的放松恢复。对于大众跑友来说,我认为不要盲目加速跑,也不要盲目加量跑,要循序渐进,逐步提升速度和跑量,让身体慢慢适应。同时,大家也要注意营养的摄入,保持充足的睡眠。希望大家都能够通过跑步收获健康、收获快乐。”

## 在突破自我中不断前进

——访2021鹤壁马拉松赛全程女子组冠军朱丹丹



朱丹丹

“今天比赛比我以往训练成绩还快了两三分钟。”获得2021鹤壁马拉松赛全程女子组冠军的朱丹丹一脸喜悦,在接受记者采访时说,她以2小时40分42秒的成绩夺得了全程女子组冠军。

“参加此次马拉松赛前,我每天

都会拿出至少2个小时的时间来训练,目的是通过训练不断提高自己的成绩。”提及参赛初衷时,朱丹丹说,这次她受朋友邀请一起来参赛。“2017年我开始参加马拉松比赛,到现在已经有4年时间了。之前也参加过很多比赛,但这次比赛是我参加马拉松比赛以来取得最好成绩的一次,参赛之前我想我能获得第三名就已经不错了,没想到得了第一名,这让我很激动、很兴奋。”朱丹丹说。

奔跑途中,来自安徽的朱丹丹屡屡被沿途美景吸引。“这是我第一次来鹤壁,这趟鹤壁之旅让我对鹤壁有了更深的了解,也吸引着我来鹤壁停留。接下来,我会和朋友在鹤壁逛一逛,领略一下鹤壁的美景、品尝一下鹤壁的美食。回去之后,再接再厉,继续刻苦训练,争取来年参加鹤壁马拉松比赛时,取得更好的成绩。”朱丹丹说。

## 对本次赛事很满意

——访2021鹤壁马拉松赛半程女子组冠军殷晓雨



殷晓雨

“能获得本届马拉松赛半程女子组冠军,我十分开心。对我来说,这不仅是对我最近一段时间训练的肯定,也意味着一个新的开始。”4月5日,夺得2021鹤壁马拉松赛半程女子组冠军的殷晓雨说,“本届马拉松半程

赛上,我的成绩是1小时17分1秒。比赛中我基本是匀速跑,发挥出了自己的正常水平,但还有进步空间。回去以后,我会一如既往地刻苦训练,争取在以后的赛事中取得更好的成绩。”

就本次赛事,殷晓雨表示:“我对鹤壁举办的这次马拉松比赛很满意,从赛道设置到志愿者服务、供给保障等,各个方面都比较完善。”赛道平坦舒适、周边环境优美,加上沿途市民的热情加油鼓劲,让她一下子就喜欢上了鹤壁这座美丽的城市。

“昨天上午到鹤壁后,我到大街上逛了逛,碧空蓝天、樱花飞舞、绿植遍布、街面整洁,我真觉得生活在这里一座城市太幸福了,不得不说鹤壁真是一座宜居宜业宜游的城市。”殷晓雨说,这是她第一次来鹤壁,明年鹤壁举办樱花节的时候,她会和朋友们一起来鹤壁赏樱。