



齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 夏铭睿

## 志愿者已就位

5月15日是2021大运河(枣庄)马拉松装备领取的最后一天,也是最繁忙的一天。“今天是赛前最后一天,又是周五,前来领取装备的人非常多。”2021大运河(枣庄)组委会工作人员表示。

天还没亮,60名来自枣庄职业学院的志愿者就已经就位,他们将为最后一天前来领取装备的选手提供志愿服务。经过了简单的培训之后,60名志愿者依照岗位需求进入到工作之中。从分发物资、挑选参赛服,到选递号码牌、核验芯片……年龄并不大的志愿者们,认真完成交付到他们手中的志愿工作。为了避免长时间的重复工作产生忙乱,志愿者们自发两两分组,一人操作一人监督,确保递交到参赛选手手中的装备没有遗漏。

志愿者素来是一场马拉松比赛不可或缺的因素。2021大运河(枣庄)马拉松共募集志愿者830人,其中650人将在比赛当日分布到需要的各个点位,为比赛的选手们提供细致周到的服务。另外的180名志愿者则分成三组,保障比赛前三天装备领取环节的正常运转。

“很骄傲能参与到2021大运河(枣庄)马拉松的筹备工作中,在这几天的工作中学习到了不少相关知识。”负责发放参赛服的志愿者表示。

在5月13日,2021大运河(枣庄)马拉松的工作人员也对志愿者们进行了比赛前的培训。赛前培训包括三个方面:通岗培训、专岗培训和医疗培训。“招募志愿者将在起点保障、终点保障、赛道服务、赛道检查等岗位为赛会提供志愿服务。”组委会工作人员表示。

## 参赛选手整装待发

“领完比赛装备,还能顺便到台儿庄古城看看,组委会真的用心了。”从青岛来到枣庄参赛的李倩表示了对2021大运河(枣庄)马拉松的认可。

值得一提的是,2021大运河(枣庄)马拉松规模1万人,设全程马拉松、半程马拉松、迷你马拉松三个项目。赛事将通过齐鲁晚报官方新闻客户端齐鲁壹点进行视频直播,充分展示枣庄市近年来城市发展的丰硕成果和全市人民的亮丽风采。

同时,本届枣庄马拉松赛邀请了第一届亚洲马拉松大满贯冠军、第一届中国马拉松大满贯冠军,两项大满贯的亚洲第一人——枣庄籍优秀运动员李子成作为枣庄马拉松的形象大使来枣庄参赛。

“在家乡参赛,我希望能取得好成绩,来回馈家乡父老、朋友、恩师对自己的支持。”李子成说。

## 枣庄准备好了

这并非枣庄市第一年举办城市马拉松。早在2016年,首届枣庄国际马拉松就在枣庄薛城区举办。2019年,由齐鲁晚报·齐鲁壹点运营的2019枣庄·冠世榴园国际马拉松获评了中国田径协会银牌赛事,整体赛事质量和品牌价值迎来再升级。

2021年的大运河(枣庄)马拉松,在人数规模、比赛模式上有了新突破,运河文化更是2021大运河(枣庄)马拉松独到的特色。

5月14日的新闻发布会上,枣庄市体育局党组成员、市体育事业发展中心主任高志勇介绍,此次马拉松是枣庄举办的第五届城市级马拉松赛,是枣庄市2021年惠民实事之一。赛事突出了“运河特色”,把今年的枣庄马拉松命名为“大运河(枣庄)马拉松赛”,结合枣庄得天独厚的大运河历史文化资源和自然生态特色,打造大运河沿线马拉松精品赛事。

据悉,本次赛事将打造“运河特色,金牌品质”城市品牌IP,同样是庆祝中国共产党成立100周年、庆祝枣庄建市60周年的重要活动。将完善枣庄“6+3”现代产业体系,助力枣庄“工业强市、产业兴市”三年攻坚突破行动。

5月16日早7点30分,2021全国“健步走大运”全民健身健步走活动山东主会场活动——齐鲁理工学院·2021大运河(枣庄)马拉松,即将在台儿庄古城西门鸣枪起跑。来自全国30多个省市的12000名全民健身爱好者,将从台儿庄古城西门广场出发,用脚步丈量枣庄这座齐鲁新地标。这也是2021年度枣庄市最高规模的马拉松赛事。



李子成跑团在赛前进行模拟实战。齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 王致远 摄

# 运河特色 金牌品质

## 2021大运河(枣庄)马拉松今日开赛



选手们排队领取参赛包。齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 夏铭睿 摄

## 马拉松配速员已就位

### 专业的他们带选手一起畅跑

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 韩微 王致远

马拉松“兔子”是配速员或者领跑员的另一个名称,中长跑比赛中经常能看到兔子的身影。5月15日,在台儿庄古城东门广场的赛前服务点,三名领物的“兔子”接受了齐鲁晚报·齐鲁壹点记者的采访,并针对2021大运河(枣庄)马拉松的赛道和天气情况进行了赛前提醒。

郭雪梅,是一名来自济南的资深马拉松赛事跑友,据她介绍,明天将要跑的大运河(枣庄)马拉松是她的第125场全马,也是她的第64场官兔领跑。“我跑过很多城市,每个城市都有自己的特色,所以在看到是在台儿庄古城,我就赶紧报名了,虽然说最近是在西安出差,但是觉得还是不能错过,这来到一看赛道,真的不虚此行,赛道旁有古香古色的建筑,还有大运河,是一次难得的体验。”郭雪梅介绍说。同时,郭雪梅也提醒,因预报明天天气有雨,大家在雨中跑步要做好防雨防滑措施。同时,路面湿滑的情况下也要注意跑鞋的选择,希望大家明天都能顺利地完赛。

张慧博,是“兔子”中的大高个,带上“兔子”专属的“长耳朵”给他硬汉形象的外表增加了莫名和谐的萌

感。作为本次马拉松半程收尾的官兔,他也是参加过多次马拉松的资深跑者,在跑过多场马拉松比赛后,自己也想着转换一下身份,于是成为一名官兔。作为一名官兔身份来说,他说希望在此次马拉松中能带领参赛选手,无伤地完成他们的第一次马拉松比赛。“枣庄的赛道非常平坦,很适合选手们刷新自己的成绩,但是也要量力而行,不要激进,一定要在赛前做好拉伸。”张慧博提醒道。

刘伟,相对于张慧博的身形来说要显得瘦弱得多,但他却是张慧博眼里跑得最快的“兔子”。张伟说,此次马拉松是他第五次做配速员,并且是全马配速员。因为考虑到比赛当天会有降雨,所以面对马拉松雨战情况,组委会给大家准备了一次性雨衣,但即使在跑步过程中雨停了,选手们也一定不要随便丢弃,除了要爱护环境,还要防止再次降雨,可将雨衣放在随行的背包里。同时,针对雨天赛前热身问题,刘伟也提醒,为防止雨天带来的热量流失,大家可以根据自身情况调整热身时间,不用完全按照赛前提前半小时热身的习惯。同时,由于雨天衣服被打湿,更容易造成脚部及胸部位置被磨伤,选手可提前准备好凡士林备用。

## 热情服务大运河(枣庄)马拉松

### 60多名校园志愿者感受新体验

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 韩微

5月15日,2021大运河(枣庄)马拉松领物最后一天,来自枣庄市台儿庄区职业中专的60多名学生志愿者也迎来了最忙的领物服务时间。

自接到志愿者招募通知后,张新智就参加了学校的招募活动,经过层层选拔,最终与同校的60多名学生成为本届马拉松的优秀青年志愿者。在通过马拉松组委会相关工作负责人多次对志愿者进行了赛事介绍、服务内容、工作纪律、医疗急救等方面专题培训后,张新智和同学们5月12日就开始到达台儿庄古城东门领物现场进入志愿者

角色。

咨询处,身份识别、体温测量核实身份、号码布领取、赛事包、服装、芯片检验,这些年轻的志愿者们在台儿庄古城东门构成了一道独特的风景线,为四方来跑者提供了细致的赛前服务。

第一次参与马拉松体育赛事的张新智还是一名高一学生,特殊的服务体验让她和同学们都体验了一次难得的校外“学习经历”。“我们主要是负责所有来领物的人员的体温测量工作,前两天还好,今天的人数多了很多,毕竟明天就开跑了。对我来说这是难得的社会体验,也是欢迎大家都能来领略枣庄风采,体验古城赛事。”张新智跟记者介绍道。

## 怎样挑战马拉松

### 形象大使李子成现场支招

齐鲁晚报·齐鲁壹点见习记者 殷田

5月16日,2021大运河(枣庄)马拉松将于台儿庄古城西门鸣枪开跑。15日,台儿庄区体育中心举行了枣庄马拉松形象大使李子成见面会。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者在采访时了解到,李子成的马拉松生涯从2010年开始,现在已经跑了11个年头,但在枣庄参赛还是第一次。在家乡参赛,李子成觉得格外亲切。他说,在家乡参赛自己更希望能取得好成绩,来回馈家乡父老、朋友、恩师对自己的

支持。

作为一个11年的马拉松老选手,李子成对比赛颇有心得。“马拉松就像生活一样,需要认真的态度和循序渐进的坚持。”在见面会现场,李子成还给参赛选手们“支招”,跑马拉松时要循序渐进、积少成多,才能更健康、更长久地跑下去。

据了解,李子成是枣庄籍优秀运动员,今年受邀作为2021大运河(枣庄)马拉松形象大使出席,曾获第一届亚洲马拉松大满贯冠军、第一届中国马拉松大满贯冠军,是获得两项大满贯的亚洲第一人。