

备注：赞助商名额未计算在内。
学历、收入为选填项目，统计
不完全。

两万人参赛，年龄最大的85岁

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 张玉岩 于民星

11月2日，恒丰银行2019泉城(济南)马拉松正式开跑。本次马拉松比赛设全程马拉松、半程马拉松和迷你马拉松三个赛事，来自21个国家和地区的18673人参赛，其中参赛的境外选手37人，济南本地选手10468人，外地选手8205人。

这37位境外的选手来自20个国家和地区，遍布全球各地。有来自欧洲的德国、荷兰、英国，也有北美洲的美国、加拿大，来自南美洲的哥伦比亚，还有的则来自非洲的埃塞俄比亚，当然也有来自亚洲日本、韩国、新加坡、马来西亚、泰国等国家的参赛选手。

喜欢上马拉松的跑者们，到底有多年轻呢？

其实，从全程马拉松的报名情况来看，最爱全程马拉松的要数

45—49岁这个年龄段，全程马拉松报名总数5062人，而在这个年龄段里报名的人数就达到了973人，其次，则是35—39岁年龄段的人，报名数969人，这两个年龄段的报名人数就达到了总报名数的38.4%左右。

不过，半程马拉松和迷你马拉松的爱好者更年轻，半程马拉松报名人数中，29岁以下的2054人，占总数7868人的26.1%左右，迷你马拉松29岁以下人群则是1953人，占总数

5743人的34.0%左右。值得点赞的是，本次马拉松比赛中，半程马拉松的一位参赛者，1934年出生，今年已经85岁了，迷你马拉松比赛中也有一位84岁的跑者参加，而最小的报名者只有1岁，2018年出生，报名参加了这次的迷你马拉松。

而全程马拉松的比赛中，最大的报名者是聊城的孙玉佩，1942年出生，今年已经77岁。孙玉佩已经有10年的跑龄，自2009年就开始跑马，第一次参加的是北京全程马拉松比赛，“自2015年开始，连续四年参与了北京全程马拉松比赛。”孙玉佩说。孙玉佩平时就很喜欢运动，从2000年开始就参加各种运动会，跑5000米或10000米，每次成绩都能在前三名。特别遗憾的是，曾经不远千里到处参赛的她，这次却跟此次马拉松比赛擦肩了。孙女士由于感冒加重，正在接受住院治疗，最终没能来到济南参加马拉松比赛。

从报名情况来看，女性比男性更喜欢迷你马拉松，在这次报名中，唯一一项女性报名人数超过男性报名数的就是迷你马拉松。迷你马拉松中，女性报名人数是3026人，占总数的52.6%，略多于男性。

不过，在全程马拉松中，男性报名人数则以压倒性优势战胜了女性。全程马拉松男性报名人数4380人，女性仅有682人报名，只占到总数的13.4%。在半程马拉松中，女性报名的人数增多，达到2023人，占到大约25.7%。

志愿者	2200人
安全保卫人员	9000余人
救护人员	240人
官方配速员	66人
计时人员	35人
医护跑者	110人
赛道医疗观察志愿者	590人
裁判	198人
国际裁判资格	12人

3万斤香蕉19万瓶水 为跑者提供补给

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 王簪

马拉松终于来到了泉城济南。举办一场马拉松要多方协作，需要医疗、交通、食品等多方面保障。

此次泉马赛道涉及历下区28.3公里，13条主干道，需封闭路口57个，调整公交线路147条。11月2日，济南公交开通11条临时摆渡线，临时公交线路147条，共计429条次，线路临时调整以绕行、分段区间运行、缩线运行、临时停运等形式进行，最大限度保障赛事的顺利进行，满足市民乘客的公交出行需求。

历下区作为本次赛事的主办地，赛事线路主要经过地，承接赛事的安保、交通、宣传、通信、电力、氛围营造、信访维稳等多项保障任务及参赛官员、运动员、裁判员等人员的住宿、生活服务等任务。

首期三年的冠名赞助合作商恒丰银行还在马拉松的起点、沿线和终点设置了品牌加油站、特色补给站、音乐加油站、终点合影墙等十多个服务站点。

“你所谓的岁月静好，只是有人替你负重前行”。这句常常看到听到的话用来表述一场马拉松的保障很是贴切，110位医护跑者在赛道上，预防和处理突发情况，守护参赛者的安全。服务的队伍里有裁判、安保、救护、救援、志愿者……还有66名马拉松官方配速员。

要知道，物资供应能力可是成功举办马拉松赛的关键指标。驱寒饮品、降温海绵、保温毯、雨衣、能量胶……同时，还大量供应了各种水果，3万斤香蕉、5000斤小番茄，这可能超过了很多人几十年甚至一生的水果食用量。

为什么要准备这么多香蕉？其实，香蕉是一种高能量的水果，富含葡萄糖、果糖，易于吸收。两根香蕉就可以提供维持90分钟剧烈运动的能量，食用后可以持续产生饱腹感，是运动中快速补充能量的食物。番茄则内含蛋白质、脂肪、碳水化合物等营养成分，也含有维生素B₁、B₂、C、P等多种维生素和钾、钙、铁等矿物质，还含有一种具有重要生理功效的营养素——番茄红素。

此外，还有小面包、士力架……赛中准备的糕点和各种水果、果干，充饥之外也是长长赛道的调味剂。

此次赛事还准备了24000个盐丸。盐丸主要成分就是钾、钠、镁、维生素等，跑马拉松过程中人体会流很多汗，大量的钾、钠等元素随汗液一起流失，盐丸能够补充流失的元素，一般在赛前和赛中都要服用。

一场马拉松比赛一般需要进行3—6小时，也是所有竞技比赛中唯一在中途补水的项目。所以，水是这场比赛中一项非常重要的物资。据悉，为了补充马拉松跑者的出汗耗水，整场比赛中共准备了19万余瓶瓶装水和7万余瓶饮料，这个数量换算成一个成年人的饮水量，又是几十年的用量。

