

保持热爱 不断进步

——专访2023重庆合川钓鱼城半程马拉松男子组冠军周营

○记者 刘鑫宇 文/图



周营

“加油，加油！”3月26日上午，在现场市民的热情欢呼声中，2023重庆合川钓鱼城半程马拉松男子组冠军产生了，28岁的周营以1小时10分23秒跑过终点。

周营虽个头不高，还略带腼腆，但一身肌肉特别结实，精神状态也很好，一看就是长期锻炼的结果。记者了解到，周营来自涪陵区长跑协会，经常参加此类比赛，并且一直在刷新个人最好成绩的路上努力着。他说：“跑步已经成为我生活的一部分了。”谈到参加本次比赛，他告诉记者：“来参加此次比赛是受朋友邀请，希望在比赛中不断进步。这次差点就刷新个人最好成绩了，我很开心！”

“今天天气很好，很适合大众选手创造好成绩。”周营谈到对合川的印象更是赞不绝口，“合川风景亮丽，赛道宽阔整洁，跑起来感觉很舒服。赛事组委会很贴心，参赛物资和完赛物资都非常丰富，让我们选手感觉到很舒心。”周营表示，比赛结束后，将会在合川转一转，看看这个美丽的城市，下次还要来合川参加马拉松比赛。

不畏伤痛 坚持不懈

——专访2023重庆合川钓鱼城半程马拉松女子组冠军侯芳

○记者 刘鑫宇 文/图



侯芳

3月26日8时整，随着一声发令枪响，近4000名运动员冲出起跑线，沿着规定线路一路飞奔，参赛选手们矫健的身姿成了一道亮丽的风景线。9时31分，只见一名佩戴“H1032”编号的年轻女子遥遥领先，侯芳以1小时31分22秒的成绩夺得2023重庆合川钓鱼城半程马拉松女子组冠军。

据了解，侯芳是江北区的一名医务工作者，“跑龄”已有三四年，在重庆参加大大小小的跑步比赛已有20多场。记者看到，侯芳的脚踝还绑着绷带，带伤上场的她并没有因此受到影响，状态还是很不错，跑步的速度一直控制得很好。“因为之前受伤了，没能跑成重马很遗憾，这次能来参加合川半马非常高兴。”侯芳笑着说，“一路跑来市民很热情，全部在加油，让我很感动，所以我带着伤使劲冲，一直冲到终点。合川是我的一个PB(指个人跑步的最好成绩)福地，这次拿了冠军，我非常高兴。”

侯芳告诉记者，途中感受到合川风景优美，气候宜人，赛道规划科学合理，工作人员服务贴心，阵阵江风吹拂，整场比赛下来感觉十分舒服，下次有机会还要来参加，期待那时有不一样的惊喜。

增进了友谊 获得了荣誉

——专访2023重庆合川钓鱼城半程马拉松大众健康跑冠军余芥烈

○记者 任洋 文/图



余芥烈

“快看，第一位选手马上过来了。”3月26日，在现场观众的欢呼声与呐喊声中，来自重庆迈高电梯有限公司的余芥烈率先冲过终点线，获得2023重庆合川钓鱼城半程马拉松大众健康跑冠军，4.2公里的赛程，他用时18分50秒。

“公司组织我们参加本次比赛，不仅增进了与同事之间的友谊，还获得了荣誉，非常激动、开心。”余芥烈告诉记者，跑完大众健康跑全程算是轻松加愉快。从赛程看，4.2公里距离比较短，跑起来没有那么大的压力，是一种诠释健康生活方式；从赛道看，路面宽阔平整，三江美景与现代城市交相辉映，让人真正能够感受到跑步的快乐。

被问及能够冲刺第一有何秘诀，余芥烈说：“平时养成运动健身的习惯，赛场上用平常心对待，相信持之以恒的锻炼一定会有所收获。”

第一次参加马拉松赛事，抱着尝试和体验的心态，余芥烈选择了大众健康跑。也正因如此，他对合川下一轮的马拉松更加期待，希望能够跑完半程或者全程马拉松，不断突破自我，畅享健康生活。

在风景中奔跑 在文化中徜徉



本报讯(记者 刘冰凌 高铭悦 谨永恒 黄盛 甘晓伟 周云 张敏 袁询何军)英雄钓鱼城，首马破荆棘。3月26日上午，2023重庆合川钓鱼城半程马拉松在区人民广场拉开帷幕。本届比赛路线充分利用合川“三江六岸”的城市格局，沿途有滨江、湿地、钓鱼城等自然风光，途中各个“加油站”还设置了莲箫、啦啦操、川剧变脸、善书、踩高跷、花船等多种文化节目，意在让参赛选手奔跑时不仅可以欣赏绝美风景，还可以享受文化盛宴。

“柳哇柳墩儿连墩儿海棠花……”在嘉陵江南岸大桥路段，表演者们穿着粉绿的演出服，手拿嵌有铜钱的竹竿一边唱一边跳，竹竿上的铜钱也随着她们的舞蹈发出有节奏的声响，这是合川颇具本地特色的莲箫舞。表演者们通过“打莲箫”给选手们加油助威。

“合川加油！合川雄起！”在南岸大桥山花加油站，赛道两侧的群众不停地为选手们加油助威，冲刺前列的选手受到鼓舞，一边奔跑，一边喊着合川加油的口号。活泼热情的少儿啦啦队成员们聚在赛道旁，舞动花球，用轻盈又

有力量的动作为经过的选手喝彩。

在东渡大桥桥头转盘的“加油站”，主办方安排了川剧“变脸”、折子戏等川渝特色表演。演员们身着精美服装，伴随着音乐轮番上演了戏曲和变脸绝活，为选手们加油助阵，祝福他们不断超越自己，赛出风采。传统文化、沿江美景、体育赛事浪漫交融，迸发出新的火花。

“我是钓鱼城，我是合川人。我的血脉里有，滔滔江水滚滚……”当选手们经过半马“加油站”——钓鱼城游客中心时，一阵阵激昂的歌声伴随着锣鼓声、音乐声响彻全场。一群“宋军将士”手持旌旗、长枪、大刀等武器，在现场不停地挥舞着，用此起彼伏的呐喊声点燃选手们们的热情，选手们你争我赶，不落人后，向着终点冲去。

在嘉陵路小桥路段，重庆市非物质文化遗产“双槐善书”代表性传承人黄华清带领兄弟黄远贵、儿子黄会强、徒弟徐育都在这里唱着“双槐善书”，打着快板，为运动员加油鼓劲，向运动员及观众展示“双槐善书”的文化魅力。

在花滩滨江公园，一场传统的民俗



花滩滨江公园广场半马“加油站”踩高跷表演。记者 张敏 摄

运动——踩高跷正在进行中，十来位着装鲜艳、手拿彩扇、脚踩40厘米高木棍的表演者们载歌载舞，通过传统的民间技艺为参赛选手加油喝彩，祝福大家都可以超越自己，赛出风采。

在花滩半马“加油站”，一阵阵锣

鼓声、民间小调歌声传来，花船表演者在音乐下的动作既柔情似水，又刚强猛烈，传递出不屈不挠的精神，选手们纷纷与花船的演员们合影，留下珍贵的纪念。前来观赛的市民和游客也用他们最热情的呼喊为选手加油助威。

跑出健康 跑出活力 跑出精彩

大众健康跑选手圆满跑完全程

本报讯(记者 任洋)3月26日，在2023重庆合川钓鱼城半程马拉松大众健康跑终点，选手们纷纷跑完全程，用行动诠释了“生命因运动而精彩”。

“听说合川举办马拉松比赛，而且是第一次，我们前天专门从深圳乘飞机赶回来，带小朋友体验一下马拉松的魅力，也为合川加油打气。”当天，带着女儿和侄女跑完大众健康跑全程的邹雪飞告诉记者。此前，邹雪飞听姐姐说起家乡合川要举办首次半程马拉松比赛，她毫不犹豫地报了名，完成本次比赛，邹雪飞感觉身心愉悦。

“今天是合川的首马，我们期待已久。带着家人来参加比赛，锻炼了孩子的意志力，也增强了家庭凝聚力。”完成大众健康跑的参赛选手吴志琼激动地说。

当天，参加大众健康跑的选手或是个人跑，或是亲子跑，或是团队跑。在整个赛程中，选手们用跑步感受运动乐趣、体验运动魅力，跑出了健康，跑出了活力，跑出了精彩。

“医”心助力马拉松 民兵“护”跑保安全



医务工作者帮助完赛选手拉伸 记者 王灿 摄

本报讯(记者 王灿 通讯员 杨博龙)在2023重庆合川钓鱼城半程马拉松的比赛现场，除了奋勇奔跑的选手、热情似火的观众、可爱暖心的志愿者，还有一群为了本次比赛默默付出的人，他们就是负责

医疗保障的医务工作者、执行安保任务的民兵。据了解，参与本次赛事的后勤保障人员近2000人。

3月26日7时，医务人员按时到达各自的站点，做好各项准备工作。比赛开始之前，在区人民广场的区人民医院康复医学科点位，9名医务人员向选手们进行了健康宣教，告诉他们如何安全健康地跑完本次马拉松。11时许，大部分选手已经完成比赛，医务人员又忙碌地帮助完赛的选手进行拉伸、放松训练、物理因子治疗等。

区人民医院康复医学科主任郝医生告诉记者：“跑完马拉松后，选手们容易出现肌肉酸痛、肌肉拉伤、肌肉痉挛、关节扭伤，严重者还会出现心脏呼

吸骤停等情况，我们主要是通过肌肉拉伸、放松性治疗、物理因子治疗等方式帮助选手们尽快放松肌肉，减轻赛后的疲惫和不适。”选手们表示，经过医务人员的专业帮助，他们的不适感减轻了很多，体

力和状态也逐渐恢复。

据了解，此次比赛共有100余名医务人员分散在各个站点。比赛过程中，全体医务人员精神抖擞、严阵以待，以便随时为有需要的选手提供医疗救助服务，做到了措施到位、救治得当。

为确保赛事圆满顺利完成，区人武部出动500余名民兵执行安保任务，全力保障赛事安全进行。当天，全体民兵始终以饱满的精神状态坚守在执勤一线，坚持依法执勤、文明执勤，全时坚守岗位，认真履行职责，出色完成了赛事安保执勤任务，充分展现了合川民兵的良好形象，为2023重庆合川钓鱼城半程马拉松比赛献上了一份“安全”答卷。

