

# 1560名志愿者助力长治环漳泽湖马拉松赛

本报讯 记者郑学兵报道:9月5日,记者从2024长治马拉松赛组委会了解到,共有1560名志愿者为此次赛事提供志愿服务,他们将在赛前、赛中和赛后为马拉松比赛选手提供服务和保障。目前,赛事运营单位已经完成了志愿者的培训、岗位调配等工作。

据了解,为了提升此次马拉松赛事的品质,更好地为参赛选手提供服务,共青团长治市委招募了以长治学院、长治医学院学生为主的1560名志愿者。按照具体的工作类型和岗位,这些志愿者主要承担赛前的物资分装和发放,比赛当天赛道补给站、起终点和医疗观察以及完赛物资发放等方面的服务。



志愿者参加培训。 牛子儒 摄

随着2024长治环漳泽湖马拉松赛事的临近,为了确保赛事的顺利进行,提升志愿服务质量,营造和谐、安

全、有序的赛事环境,9月4日和5日,赛事组委会组织人员对志愿者分批进行了培训。培训人员详细介绍了这次比赛的距离、路线等,并就起终点志愿服务中的指引、存取包、检录、人墙、赛后控制、终点计时区、完赛物资发放、颁奖仪式等多个环节的工作作了细致培训,还详细讲解了基础急救知识,工作流程及突发事件的处理办法等,有效地帮助志愿者们提高了赛事医疗服务保障水平。另外还在服务礼仪方面进行了强调,以热情、友好、专业的态度为每一位参赛选手和观众提供服务。

目前,培训工作已经结束,志愿者们正满怀信心地迎接比赛到来。届时,1560名志愿者将以饱满的热情、高度的责任感和专业的态度,为来自各地的参赛者提供优质服务,展现青年担当和青春风采,助力比赛圆满成功。

## 温馨提示

马拉松赛参赛运动员注意啦!

## 今明两天可领取参赛物品

本报讯 记者郑学兵报道:2024长治环漳泽湖马拉松赛即将举行,记者9月5日从赛事组委会了解到,9月6日和7日在市体育中心发放参赛物品,参加比赛的运动员别忘了携带齐资料在赛前领取参赛包、参赛服、号码布、雨衣、能量胶等参赛物品。

据介绍,参赛物品的发放时间为9月6日(10:00-18:30)和9月7日(9:00-20:00)两天,地点在长治市体育中心(西南2门广场)。个人领取参赛物品时,参赛选手本人需持报名时所用的有效身份证件(二代身份证、护照、台胞证、港澳居民来往内地通行证等)前往领取地点,按

照流程领取。未成年选手的参赛物资,可由其监护人或者法定代理人持有效身份证或户口簿原件前往领取地点,按照流程领取。如果参赛选手因个人原因不能按时领取参赛物品,可由亲友代领。代领者必须携带报名者所签署的《代领委托书》原件及被代领人身份证复印件,通过现场工作人员审核登记后领取。

赛事组委会提醒,9月7日为外地选手领取参赛物品高峰期,建议本地选手于9月6日错峰领取。领取物品时,注意核对参赛号码布上的号码是否正确,如发现领取的参赛号码与本人所报参赛项目不符,现场联系工作人员进行更换。

## 赛道丈量完成 比赛路线最终确定

本报讯 记者郑学兵报道:9月5日,记者从2024长治环漳泽湖马拉松赛组委会了解到,随着开赛日期日益临近,赛事各项准备工作正在紧张有序进行中,目前赛道丈量工作已结束,此次比赛的路线最终得以确定。

9月4日上午,此次马拉松赛赛道丈量工作在长治市漳泽湖国家城市湿地公园进行,经过连续数小时紧张而精确的作业,山西省田径协会裁委会主任、马拉松丈量员张勇成功完成了对山西农信杯2024长治环漳泽湖马拉松赛赛道的丈量工作,标志着山西农信杯2024长治环漳泽湖马拉松赛的路线最终得以确定。

在完成丈量工作后,张勇对所有参赛选手做出备赛的建议:在金秋九月的长治参加马拉松比赛,气温是非常适宜的,希望选手们科学评估自己的身体状态,合理设定自己的参赛目标,以一颗平常心面对今年的比赛,做到量力而行,安全完赛。

2024长治环漳泽湖马拉松赛不止有赛道上的竞速奔跑,赛道沿途的风光和热情呐喊的市民同样是这次赛事的亮点所在。在参赛的过程中,选手们可一边跑步,一边欣赏赛道旁边漳泽湖的旖旎风光,感受长治市民助力呐喊的浓厚氛围,收获一次不一样的运动体验。



马拉松丈量员对赛道进行丈量。 图片由2024长治环漳泽湖马拉松赛组委会提供

## 选手访谈

## 跑出健康身体 跑出美好生活

本报记者 郑学兵

2024长治环漳泽湖马拉松赛将于9月8日在长治市漳泽湖国家城市湿地公园拉开帷幕,马拉松赛事的群众参与度日渐提高,不过马拉松也是一项极限运动,考验着参赛运动员的体能和毅力。此次比赛,有不少新闻工作者参与其中,我们来听一听长治日报社的几名选手为何热衷参与这项活动。

这次比赛,杨国海参加的是全程马拉松。他几年前从部队转业到了地方,在部队期间养成了跑步的习惯,现在仍然在继续坚持。今年6月30日,杨国海参加了“和美乡村健康跑”(村跑)长治站20.24公里的乡村跑项目,他想挑战一下自己,这次报名参加了全程马拉松。为了备战这次比赛,杨国海最近几个月的月跑量在两百多公里左右。他说,这次能完赛就好,目标是4小时跑完。比赛不仅能锻炼自己,在跑步的过程中,还可以欣赏漳泽湖沿岸的美丽风景。

张涛是一名新闻界的老兵,多年从事编辑和采访工作,这次参与的是健康跑项目。曾经,他觉得跑马拉松的人简直是“自虐狂”,那么长的距离,何必去受那个罪呢?是为了让别人高看一眼,或者在朋友圈收获满满的点赞和羡慕的评论?去年,朋友邀请他一起参加环漳泽湖马拉松5公里健康跑活动后,他对马拉松有了全新的认识。对于热爱跑步的人来说,跑马拉松是一种生活方式。他说:“在跑步的过程中,我感受到了生命的力量,感受到了自己的存在。于是,今年我报了半程马拉松,明年再挑战全程马拉松!”

今年是宋玉红第三次参加马拉松比赛的健康跑项目。她多年来一直在新闻采编一线工作,平常喜欢读书、运动、种点儿花花草草,闲暇时和朋友出去游玩放松一下。在她看来,跑步不仅是锻炼身体的一种方式,更是锻炼意志的途径。通过跑步,可以更好地认识自己,发现自己的潜力,从而实现自我成长。跑步就像生活一样,需要持之以恒,不乱节奏,才能达到理想的效果。跑步时可以在大自然中感受生活的美好,还能释放工作的压力,让心情愉悦起来,从而以更好的状态投入到生活和工作中。

张军兵也是多年在新闻采编一线工作,今年是他第三次参加健康跑项目。他平常喜欢运动,二十多年了,跑步成为他日常生活的一部分,也成为他对生活的一种态度,一种对自我的深刻理解和珍视。在他看来,跑步能让人体验到成就感,这种成就感来自于每次跑步后的满足和心灵的平静。在跑步的道路上,每一步都是向未知探索,每一次的自我超越都是一种性格上的磨砺。每一次跑步,无论是筋疲力尽还是精力充沛,都是对自我的一次审视和超越。

张雅琴今年也是第三次参加马拉松赛的健康跑项目。工作期间,她很多时间是处于“坐着”的状态,这让她喜欢上了运动,跑步就是她坚持最久的一个爱好。“最开始跑的时候,也很艰难,跑得很慢,坚持的时间久了,速度就慢慢加快了。”张雅琴说,她每天早早起床,跑步5公里左右,她还经常和朋友一起探讨跑步的诀窍,分享其中的快乐。她说,跑步不仅能够锻炼身体,形成良好的生活习惯,跑步过程中还能呼吸新鲜空气,释放生活和工作中的压力。坚持跑步这些年,她感觉自己的身体状态保持很不错,心情愉悦,工作起来也很有效率。