

# 沪动元旦 申城市民健身迎新年



六万余名申城市民用全民健身的方式,迎接2019年的到来。

青年报记者 张瑞麒 摄

青年报记者 张逸麟

**本报讯** 2019年的第一天,上海市民纷纷用健身锻炼开启新的篇章,全市6万余名市民积极参加登高、长跑、骑行、全民健身展示等33项赛事活动,让元旦的申城充满活力。

上海市副市长陈群出席了2019年东方明珠元旦登高健康跑活动,并宣布这一连续举行了24年的群众赛事开幕。在上海申花足球俱乐部朱辰杰、上海哔哩哔哩篮球青年队肖天、上海金色年华男子排球俱乐部张哲嘉的助力下,一千余名登高选手迈开矫健的步伐,新年登高步步高。同时在静安、普陀、虹口、嘉定上海赛车场等地也纷纷展开形式多样、各具特色的群众赛事,延续了“沪”动迎新年的传统。

## “蒸蒸日上”迎来第5个年头

昨天上午,近万名跑友欢聚上海国际赛车场,一同奔向2019年的第一缕晨光,用双脚画出一个饱含吉祥寓意的“上”字,也将对健康的追求以及对未来生活蒸蒸日上的向往寄托其中。

蒸蒸日上迎新跑都体现了浓厚的赛车文化和F1元素。赛道中间分隔5.4公里健康跑和21.6公里组别跑友的汽车轮胎墙、终点线前挥舞的格子旗还有跑友们脚下造价高昂的标准F1赛道,都让这项别具一格的跑步赛事成为了F1车迷朝圣的不二选择。

最终,首次参赛的王红伟用时1小时10分03秒,第一个冲过终点,成为了21.6公里组别男子组冠军;李芷萱则以1小时12分23秒的成绩夺

得21.6公里组别女子组冠军。

作为全国唯一一项在F1赛道上进行的跑步比赛,始创于2015年,经过五年的发展已经成为了每年元旦期间上海规模最大、最受关注的跑步赛事,以及最受上海市民欢迎的迎新方式之一。

## 诸多赛事各有特色

元旦早晨,多支长跑队伍也在上海各区的赛道上出发。上午7时整,2019上海·静安元旦10公里迎新跑活动在静安公园鸣枪起跑,静安市民迎着新年第一缕阳光,共同奔跑传递健康生活的理念。中共上海静安区委书记、区长陆晓栋,上海市体育局党组书记、局长徐彬等人出席了鸣枪仪式。伴随着隆隆鼓声,4800名跑者从静安公园出发,完成了2019年第一跑。赛事设置了颇有起伏的“两桥一隧”路线,为跑者带来了颇为罕见的赛道体验。有跑者在赛后表示:“这是我第一次跑隧道,感觉非常奇特。因为是封闭的空间,空气流通也很慢,加上刚从桥上下来,也已经是最后的提速阶段,对于体力上的需求还是挺高的。新年从运动开始,很满意这次参赛经历!”

2019年虹口迎新跑则突出了虹口区的文化元素。赛道将穿越虹口“最文化”核心地带,途径鲁迅故居、中共四大纪念馆、多伦路文化名人街等著名历史文化景点,让跑者在奔跑中重温历史,重温建国70周年波澜壮阔的历程。赛事还特别设计了怀旧赛事T恤、复古赛事包、复古搪瓷杯,引领跑者回味建国70年来,尤其是改革开放40年来“时光滋味”。2019年普陀区元旦摩登跑则在长风

公园热力开跑,赛事的每一个细节均融入了传统老上海特的国民品牌,不仅所有参赛选手统一身着著名的梅花牌运动服,还有耳熟能详的麦乳精、大白兔奶糖、金币巧克力、万年青饼干加入到赛后补给中,让选手有着满满的“老上海回忆”。

## 全民享受健身大派对

此外元旦的申城还有飞行迷喜爱的创客马拉松-沪港澳飞行嘉年华、适合全家齐动的长宁区元旦亲子健步走、适合专业跑者的马桥国际半程马拉松赛,可以说满足了市民们不同的健身竞赛需求。

全城充满动感的氛围与也让许多体育工作者感叹不已,在东方明珠元旦登高健康跑活动中,沈富麟、杨扬、王燊超、洪沁玥四位老中青三代新中国体育人担任升旗仪式护旗手。沈富麟表示,今年是新中国成立70周年,作为体育工作者,有机会参加升旗仪式非常荣幸,愿我们上海的竞技体育与群众体育明天更灿烂,希望上海男、女排有更好的成绩。

2022北京冬奥组委运动员委员会主席杨扬也表示,昨天是第一次参加登高活动,看到如此多的市民踊跃参与健身,相信2019年大家的身体会更好,“听说今天上海有33项群众体育活动在举行,这是一座运动的城市,是一座非常有活力的城市,随着城市的发展与变化,有更多的人参与到运动中来。”杨扬接受采访时说,“在竞技体育方面,冬季项目也在这座城市不断发展。2018年,上海第一次有运动员参加冬奥会,希望2022年冬奥会时,上海运动员除了参与之外还能站上领奖台。”

## ■天下体育

### 哈登“逆天” 火箭豪取五连胜

美职篮(NBA)常规赛31日继续进行,在保罗缺阵的情况下,哈登奉献43分10个篮板13次助攻的逆天表现,带领球队主场113:101力克灰熊迎来五连胜。同样高效的还有“小学生”库里,他在客场对阵太阳的比赛中砍下34分,帮助勇士132:109大胜对手。

近来火箭核心保罗缺阵,球队进攻转而依赖“头牌”哈登。大胡子不负众望,近几场开局都很快找到状态。此役,灰熊以一波6:1强势开局,火箭随即凭借三分球掀起反击浪潮,首节领先灰熊9分。第二节火箭全队表现更为强势,半场结束,以61:38领先。

易边后,灰熊全队外投内突不断追分,哈登凭借三分球帮助球队保住领先优势。第三节末段,灰熊以一波8:0的小高潮将比分迫近,不过火箭仍握有13分的领先优势。灰熊并不甘心就此缴械,末节在安德森带领下一路追分,手感火热的格林用三分及时给火箭止血,帮助球队最终获胜。

火箭队的卡佩拉拿到19分和13个篮板,格林拿下18分;灰熊队中,安德森得到20分,康利收获19分和6个篮板。

勇士对太阳的比赛打得一帆风顺,十分高效。开场后勇士队杜兰特先是一条龙暴扣,后又强硬打成2+1,赢得客场球迷欢呼。首节勇士以31:27领先,单节投篮命中率高达57.9%。第二节太阳穷追猛打,不过节末勇士发飙,5分钟打出24:7的高潮,半场结束,以69:52领先太阳。

第三节勇士和太阳你来我往,比分快速上升,沃伦和库里互飙三分,勇士单节轰下39分。末节太阳没能反转比赛,双方早早派出替补阵容。最终勇士客场132:109大胜太阳。

此役,勇士的汤普森得到15分和5个篮板,杜兰特有25分和4次助攻入账。太阳的艾顿拿到25分和10个篮板,沃伦砍下24分。

据新华社电

## 全国健身登高大会 问鼎江郎迎新年

**本报讯** 记者 蔡创 新年伊始,全国登高健身大会在浙江省江山市举行,上万名登山爱好者齐聚江郎山脚下,共同以登高望远的形式迎接新一年的到来。

作为国家体育总局主办的传统全民健身品牌活动,自1996年以来,全国新年登高健身大会已经连续举办了24届,也是江山市连续四年承办全国中心主会场活动。中国首枚奥运金牌得主许海峰,奥运冠军陶璐娜等人出席了此次活动,并与万民群众共同登高,迎接新年的到来。

在活动当天,江山市通过攀岩赛、山地自行车、冬泳一系列全民健身展示活动和群众文化活动,营造出了浓厚登高氛围。国家体育总局副局长李建明表示,新的一年我们将深入贯彻落实全民健身国家战略,深化体育改革,强化奥运备战,努力提高全民健康水平,最终成为“健康中国”。

## [相关新闻] 崇明基层足球赛 引来外援同竞技

跨年的群众足球赛事“富盛杯”足球邀请赛昨天在崇明落幕,这次参赛队伍不仅有基层业余俱乐部和企事业单位足球队,还有冠名新河、城桥等崇明区下辖的乡镇代表队,以及崇明中学代表队等。参与球队的多样性,充分体现了崇明足球的普及程度。此外球场边还出现了外籍教练,场上也有多名外籍球员,大大提升比赛精彩程度和观赏性。

基层赛事放开外援限制的措施,

增加外援上场名额,是崇明足协落实“足改方案”的相关举措之一。而更多的外籍球员和教练更多地和本地足球人充分交流,也丰富了崇明足球的内涵,相关赛事的开展和青少年足球培训的进一步深化,为崇明创建足球区添砖加瓦。“崇明自2015年开始创建全国足球区,到2017年已经完成了第一阶段的任务,接下来我们还将兴建三片专业的足球场地。”崇明体育局局长龚耀飞说道。

本次“富盛杯”由上海富盛经济开发区、崇明区体育局主办,上海戎灏体育发展有限公司承办,崇明中学、崇明足协协办。“富盛杯”将通过创新办赛模式,提高比赛质量,争取打造成崇明一流、上海知名的足球品牌赛事,同时通过比赛搭建体育文化交流平台,不断提高崇明区的足球水平,早日实现打造崇明足球区的目标。

青年报记者 张逸麟