

南马赛场,这一幕让人动容

江苏95后选手杨乐拖着伤腿蹒跚冲线,他说那会儿绝对不能放弃

昨天的朋友圈属于无数跑男跑女,属于马拉松!11月29日7点30分,2020南京马拉松暨全国马拉松锦标赛(奥运会马拉松达标赛)鸣枪开跑。经过激烈角逐,来自江西的彭建华以2小时8分50秒的成绩,夺得男子全马冠军。来自辽宁的李丹获得女子全马冠军,成绩为2小时26分59秒。

据了解,这是本年度国内唯一举办的全国马拉松锦标赛和东京奥运会达标赛。值得一提的是,今年南马竞技水平取得了重大突破,4人跑进2小时10分,8人达标奥运会马拉松比赛,东京奥运会男子马拉松参赛标准为2小时11分30秒,女子马拉松参赛标准为2小时29分30秒。

现代快报+ZAKER南京记者 李楠 卢河燕/文 顾炜/摄



杨乐拖着受伤的腿,步履蹒跚地迈向终点

扫码看视频

激情! 全城沸腾,万名选手畅快开跑

开跑前,选手们跃跃欲试,他们中有国内专业选手,也有不少马拉松爱好者。7点30分,比赛正式开始,万名选手争先恐后冲出起跑线。跑了8分多钟,队伍才算出发完毕。场内是热情四射的奔跑,场外的加油声也不甘示弱,赛道沿途,市民们纷纷为选手们呐喊助威。

据了解,今年赛事沿途共设置15个补给站,除数量充足的功能饮料、矿泉水外,还提供能量胶以及种类丰富的食品补给。同时,15个医疗点、20辆急救车、150名医护人员、90位紧急救援队人员、50位医师跑者及600多位医疗志愿者全力守护赛道平安,保障选手顺利完赛。赛事当天,共计2400名志愿者参与赛事服务,从防疫筛查、物品发放、沿途补给、完赛服务等各个细节出发,助跑南马。

本届南马还开设了“南北联动”直通北京马拉松活动,在赛事结束后,组委会抽取了1000名完赛选手,获得2021北京马拉松免抽签直接参赛资格。

突破! 4人跑进2小时10分,8人达标奥运资格

今年,南马采取三赛合一的办赛方式,除延续南马赛事主体之外,还结合举办了今年唯一一场全国马拉松锦标赛。此外,赛事接过奥运“中国席位”达标赛的接力棒,在进军东京奥运关键之年,更有着非同寻常的意义。

经过激烈角逐,来自江西的彭建华以2小时8分50秒的成绩,夺得男子全马冠军,成绩创南马赛会纪录。云南选手杨绍辉和西藏选手多布杰分别以2小时8分56秒,2小时9分03秒的成绩获得第二、第三名。三人都跑进2小时10分,实现个人最好成绩,拿到2万元额外奖励,并拿到奥运会资格!同时,彭建华还获得国人竞速的10万元奖励。女子精英选手方面,来自辽宁的李丹夺得冠军,成绩为2小时26分59秒,内蒙古选手金铭铭和辽宁选手白丽分别以2小时27分08秒和2小时29分10秒获得女子组第二、第三名。

赛后,彭建华告诉记者,2017年,他曾经来南京跑过一次半马,“赛前目标是2小时10分,今天这可以说是超常发挥。”

值得一提的是,今年南马竞技水平取得了史无前例的突破,中国选手历史上10人跑进2小时10分,南马当天占据4人,并且有8人达标奥运会马拉松比赛。

动容! 体力不支,95后选手蹒跚冲线

南马赛道,选手们奋力拼搏,凭借坚强的意志完成比赛,展现中国体育精神。临近终点,江苏选手杨乐因双腿痉挛倒地,后咬牙坚持,重新站起,步履蹒跚地迈向终点。最终,杨乐拖着受伤的腿冲线后倒地,即使如此,他仍以2小时13分05秒的成绩排列男子第8名。坚强的意志和伟大的拼搏精神,令全场观众动容,并向他致敬!

赛后,在接受现代快报记者采访时,这名出生于1996年的大男孩告诉记者,“伤势并不严重,有点擦伤,身体没多大问题,只是体能有点跟不上。”杨乐回忆,大约跑到36公里时,他感觉体力不支。虽然身体不适,但仍坚强地完成比赛。“那会儿就想,我是国家队选手,原来也是江苏省队的一名运动员,绝对不能放弃。”

“这次比赛也算难得的一次人生经历,竞技体育总会有低谷。只要保持平常心,继续训练,坚持体育精神,总会有新的突破。”杨乐表示,接下来,他将在日常训练中增加更多针对性练习,弥补缺点。“4年前,我开始跑马拉松,未来也会继续坚持。争取早日完成目标,达到国家奥运会标准。”

花絮 90后女空保为保持体能爱上马拉松

参赛选手扈晨出生于1992年,这也是她第二次参加南马。“今年提速了1个多小时,我太开心了。”扈晨告诉记者,她曾当过两年文艺兵,2016年成为东航江苏公司的首位女空保。“在我们这个行业,要夸就夸体能好。”她介绍,女空保年平均飞行900多个小时,航班之余还要进行训练,以保持良好的体能状态和过硬的技能本领。

“为了保持体能,我经常参加马拉松比赛。”她说,自己一般在清晨或是下班后,从龙蟠中路-太平门-玄武湖等跑上一大圈,挥洒汗水的同时,既能看到美丽的风景,也能得到锻炼和减压。

赛场上有活力四射的年轻人,也有身体硬朗的老年人。来自山东淄博的肖卫军今年63岁,从2016年开始参加马拉松比赛。此前,他已经参加过山东、徐州等地的马拉松比赛。在2020南京马拉松,他获得了4年来的最好成绩——2小时57分跑完全马,“太激动了,配速也非常快,平均配速4分08秒。”



留个纪念



南马激情开跑



男子组冠军彭建华



女子组冠军李丹



选手累倒在地