

一場賽事帶動2億元收入 城市消費復甦「利器」 內地馬拉松井噴 跑熱體育經濟



今年10月29

日，有「國馬」之稱的北京馬拉松開跑，3萬名來自各地的跑者從天安門出發，完成42.195公里的挑戰。據不完全統計，當日內地共有近20場馬拉松同時進行。

「只要有一雙跑鞋和一顆跑步的心，就可以奔跑。」如今，內地中青年人群對馬拉松的熱情持續升溫，馬拉松市場的擴張也如跑友的腳步一樣越來越穩。

今年無錫馬拉松結束後，官方發布數據稱，其產生經濟效益總計近2億元人民幣，隨着各地馬拉松賽事數量的井噴式增長，更有不少城市將馬拉松賽事打造成城市新名片，以馬拉松帶動餐飲、住宿等文旅消費。

大公報記者 張帥



▲參與馬拉松的跑手在享受比賽。 中新社

「人到中年應酬很多，身體情況不好還有些抑鬱，在這樣的情況下，我決定開始跑馬（拉松）。」算上11月19日剛剛參加的2023舟山群島馬拉松，內地知名企業家、萬科原副總裁毛大慶參與的馬拉松賽事總數已經達到183場。他表示，自從開始跑馬拉松，自己的各項身體指標都恢復正常，心情也好了很多。

對於上班族羣韶龍（化名）來說，馬拉松有着情緒調節作用。他說，一個人跑步就像是坐禪，馬拉松近五個小時的「漫長」時間是他給自己創造的獨處機會，「有時候跑着跑着就想通了很多事情。跑步產生的多巴胺也會讓人感到快樂，讓人更有信心迎接挑戰。」相對較低的入門門檻是剛從高校畢業的李林愛上馬拉松的最初原因。此外，通過馬拉松可以結識許多跑友，擴大自己的社交圈。

預計全年比賽近3千場

多位像毛大慶一樣從2013年乃至更早就開始接觸馬拉松的跑者回憶，現在內地馬拉松一場比賽動輒就有二、三萬人參加，這在以前是不可想像的。2014年，中國馬拉松及相關路跑賽事數量僅有51場，2015年國家開始取消賽事審批程序，放寬准入條件後，馬拉松賽事數量逐年增長，疫情前的2019年馬拉松賽事數量達到1828場。疫情三年很多賽事被叫停或延期，今年疫情放開後迎來報復性增長，全年預測將有近3000場賽事。

毛大慶對大公報指出，對於一個城市而言，馬拉松已經成為新名片。舉辦馬拉松比賽能讓更多人了解這座城市的歷史文化、人文風情。其次，馬拉松還有與演唱會相同的作用，可以促進交通、餐飲、住宿、旅遊等一系列消費。

「發令槍響，黃金萬兩」。今年3月19日無錫馬拉松結束後，官方發布數據稱，其產生餐飲經濟效益6960萬元（人民幣，下同）、住宿經濟效益11661萬元、交通經濟效益600萬元、旅遊經濟效益209萬元、賽事展位銷售額50萬元，總計近2億元。10月底舉辦的成都馬拉松也明顯激發了當地旅遊市場的熱度，網絡出行平台數據顯示，比賽舉辦當周，成都住宿預訂量較去年同期增長100%。

從裝備到訓練 周邊產業掘金

多數跑者都會添置一些跑步裝備，讓自己的馬拉松之旅跑得更安全健康。據尼爾森2020年發布的一份《中國馬拉松人群與消費洞察報告》，中國跑者平均每人花費超過1.1萬元，其中一大部分花費在了跑步裝備上，還有運動服飾、運動補劑、保健品開銷等。除了這些裝備，部分跑者也會花錢去參加一些跑團和訓練營，使得馬拉松產業的經濟價值不斷延伸。



▲10月15日，2023天津馬拉松鳴槍開跑，參賽選手從起點出發。 中新社

馬拉松 安全參賽 貼士

賽前：準備周全

- 賽前體檢要全面，一旦發現心臟性疾病或心腦血管結構異常，應停止參與競技性比賽；鞋襪、服裝等裝備要專業；賽前準備活動要充分，最好做一些熱身操。

賽時：懂得放棄

- 掌握正確的跑步方法，牢記勻速跑步，人多擁擠，注意保持冷靜，避免碰撞。長跑中出現運動極限點時，要視情況懂得選擇放棄。

賽後：學會放鬆

- 比賽結束不要立即坐下或躺下，做一些拉伸放鬆運動，身體恢復之後迅速保溫、補水、補充食物（只能是碳水化合物），不要吃的太多。比賽完當天不能蒸桑拿、泡熱水澡等。

大公報整理

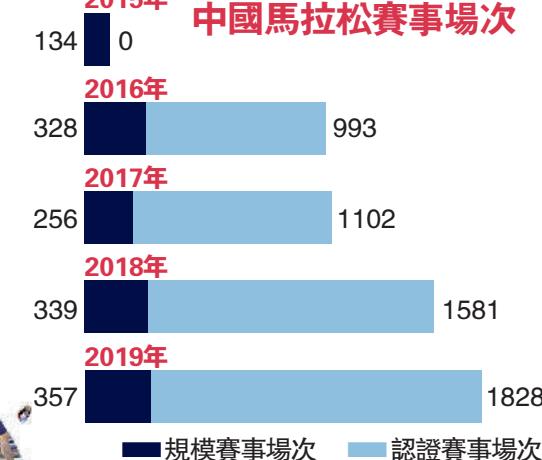


▲視障跑者完成2023成都馬拉松全程比賽後與陪跑志願者歡呼慶祝。
新華社



▲在馬拉松奔跑隊伍中身着古裝的參賽選手享受比賽。 中新社

2015-2019年 中國馬拉松賽事場次



數讀近年中國馬拉松市場

- 已有68家內地馬拉松賽事組委會通過中國田協向世界田聯申請標牌，創歷史新高
- 數據顯示，2021年中國馬拉松賽事的直接經濟效益達到10億元人民幣，間接經濟效益達到30億元人民幣
- 2023年上半年已備案的路跑賽事達133場，其中全馬賽事有61場半馬及其他項目72場

資料來源：頭豹研究院、《2023中國田徑協會路跑工作報告》



▲馬拉松賽事也吸引不少小朋友參加。 中新社

馬拉松

話你知

2500多年前，希臘擊敗波斯，為了把捷報第一時間傳回雅典，一個名叫菲迪皮茨的士兵一路從马拉松鎮奔回雅典，跑完了全程42.195公里的路程，傳遞完勝利消息後倒地而死。為了紀念菲迪皮茨，1896年第一屆現代奧運會專門設置了從马拉松鎮跑到雅典的長跑比賽。也是從第一屆現代奧運會開始，把男子馬拉松比賽放在最後進行就成為了一項傳統，而且終點都設在主體育場內。

跑者更快更強 破三 二人數創紀錄



▲2023北京馬拉松的參賽選手在比賽中。 中新社

今年9月，埃塞俄比亞選手阿塞法在2023年柏林馬拉松上以2小時11分53秒的成績打破女子世界紀錄奪冠，緊接着今年10月，肯尼亞人基普圖姆在芝加哥馬拉松比賽中以2小時00分35秒的成績打破基普魯格保持的前世界紀錄，逼近人類在馬拉松比賽中突破2小時大關的夢想。在國內賽道，中國選手何傑和楊紹輝今年3月19日在無錫馬拉松分別以2小時7分30秒和2小時7分49秒的成績完賽，打破塵封十六年的2小時08分16秒的男子馬拉松全國紀錄。

在頂級精英選手不斷PB（刷新個人最好成績）的同時，隨着馬拉松運動的普及，大眾選手的成績也水漲船高。在10月底的北京馬拉松一場比賽，組委會統計就共有2402人的完賽成績成功「破三」（在3小時內完賽），創造了國內馬拉松賽事「破三」人數的新紀錄。「破三」並不容易，要在三小時以內完成42.195公里比賽，平均4分16秒就要跑一公里，這曾經是許多業餘馬拉松跑友的夢想。如今，越來越多大眾選手已能達到這一目標。

精細化管理 提升賽事服務水平

跑友建議

在今年10月15日舉行的大連馬拉松，當男子全程領先選手抵達終點前的人車分流點時，由於裁判預判和司機操作不當，一輛賽事工作車駛離賽道發生意外卡頓停駛，阻擋了中國馬拉松名將尹順金的跑進路線，對比賽造成了明顯干擾。



▲馬拉松賽事志願者為跑手們做拉伸按摩。 受訪者供圖

同日，2023青島海上馬拉松在開賽2小時後，完賽物資發放區因布置不合理、流線不順暢、疏散工作組織不力，導致大量人員滯留引發哄搶。該賽事還被調查發現存在運營公司籌備工作不細不實，以及組織工作不規範，號碼布發放混亂等問題。

上述事件發生後，中國田協對賽事組委會、相關裁判和運營方都作出了處罰。毛大慶對大公報指出，今年內地共舉辦約3000場馬拉松，明年料會更多，各賽事因為要竭力吸引跑者，促使馬拉松舉辦質量都快速提升，賽事也更好看。不過，目前少部分賽事組織和管理還不夠規範，存在賽事安排不合理、報名流程不便捷、補給不足、賽事保障不夠充分以及亂扔垃圾等問題，導致參賽者體驗不佳。對此，可以多下功夫進行賽事預先推演，有針對性地更精細化管理，同時加強對賽事組織等方面的監管，更好地提升辦賽水平。

「跑一次馬，識一座城」

用腳丈量

近段時間，City walk在年輕人中非常流行。類似於City walk，馬拉松漫長的奔跑路線，讓許多城市把賽事當成了一次展示城市的絕好機會，而跑者用腳丈量，跑馬如同一場City run。

徐光（化名）是一位土生土長的北京青年，對遙遠的「鶯島」廈門卻嚮往已久。今年年初，他專門通過參加廈門馬拉松，切身感受到了廈門「城在海裏、海在城中」的美麗。廈門以廈門國際會展中心為起點，沿環