



北京马拉松参赛选手奔跑在长安街上。
新华社记者 张晨霖摄

向美好未来奔跑

——从北京马拉松看全民健身热潮

本报记者 刘 晓

超越自我

冲过终点线，25岁的清华大学博士生曹佳鑫笑得合不拢嘴。“跑进了2小时50分，创造PB（个人最好成绩）了！”他说。

喜欢踢足球的曹佳鑫两年多前开始系统练习跑步，求学生涯也从北大“跑进”了清华。在他看来，跑步和科研有很多相似之处。

“只要有日常的积累，也要对某一个‘课题’和‘专项’进行训练和深耕。”曹佳鑫说，马拉松就像人生一样，每当遇到困难时，只要咬牙坚持下去，一定可以突破自己。今年的北马，他在30多公里时体能消耗达到了极限，赛道边加油呐喊的同学和观众，激励他继续跑下去。

曹佳鑫是今年北马成绩“破三”（在3小时内完赛）的跑者之一。根据统计，本届北马共有3004人成功“破三”，打破了北马在去年创下的2402人的纪录。越来越多的跑步爱好者不仅跑出了热汗，更跑出了门道。

“博士入学时，我写了几项心愿清单，第一个是顺利毕业，第二个就是全马跑进2小时50分，没想到这么快就实现了。”曹佳鑫笑着说，自己的第三个梦想是代表学校跑一次“高百”（中国高校百英里接力赛），带动身边的同学跑起来。

如今，从“高百”到CURA（阿迪达斯中国大学生路跑联赛），在各类赛事的带动下，越来越多的年轻人爱上了跑步。从国内到全球范围，年轻跑者的热情持续走高。据统计，2025年伦敦马拉松的报名者中，20—29岁的青年群体人数增加了105%。

“纵有疾风起，人生不言弃。希望同学们多跑步、多运动，有一个强健的体魄，为祖国健康工作50年！”曹佳鑫说。

实现梦想

“第五次参加北马，这次有了不一样的意义。”冲过终点线，39岁的栾玉帅脸上写满轻松愉悦。

栾玉帅被称为“跑得最快的快递小哥”，是京东物流的一名快递员。2017年，他在北京马拉松上完成“首马”，由此开启了自己的马拉松人生。

今年北马报名3天时间内，来自全球43个国家和地区的1.82万名跑者提交报名信息，报名人数创历史纪录。这一次，栾玉帅又中了签。

“北京马拉松让我找到了人生的热爱，也找到了自信。”栾玉帅说，与马拉松结缘后，自己每天下班即便很累，也会坚持去跑几公里。几年下来，他已经参加了40多场马拉松赛事。2020年南京马拉松赛上，他创造了2小时25分55秒的个人最好成绩。

“快递小哥跑马拉松”的励志故事，让栾玉帅为更多人所知。“我知道有很多老师把我的故事分享给孩子们听，这件事儿让我特别有感触；我只是喜欢跑步，没想到还能影响和带动别人。”他说。

今年的北马，栾玉帅作为助盲志愿者，全程带领视障跑者一同奔跑，手牵手冲过终点线。在他的帮助下，视障跑者的PB提升了将近10分钟。

“这一次的责任很重，作为助盲志愿者，在出发等人多拥挤时要特别注意。”比赛结束后，栾玉帅一直跟视障跑者交流，分享比赛的收获和经验。他说，看到好兄弟顺利完赛、创造PB时开心的样子，自己也非常激动。

“马拉松让我实现了自己的梦想，这次我也帮别人实现了梦想。我还要努力跑下去，影响更多的人。”栾玉帅说。

体旅融合

在国家体育场“鸟巢”外，来自江苏南京的郑萌挂上奖牌，与在此等候许久的家人一起合影。不远处的奥林匹克公园里，金黄的银杏树叶簌簌飘落，吸引了不少完赛选手驻足，拿上奖牌拍照打卡。

郑萌说，这次以参加比赛为契机

和家人来北京旅游，在奔跑中领略了首都历史与现代的风采。“许多城市将马拉松比赛与文化和旅游融合，既是一次身体的考验，也是一次精神的洗礼。”

今年北京马拉松整体延续赛事经典路线，全程串联起天安门、西长安街、民族文化宫、军事博物馆、学院路等城市核心区域和地标建筑，最终抵达奥林匹克公园中心区景观大道，让参赛选手感受“双奥之城”的文化底蕴和蓬勃活力。此外，今年的赛事还对比赛起点区域进行了优化升级，位于天安门广场东侧路的起点拱门位置向北前移100米，选手在广场东侧路集结，直线出发。这一调整有助于选手进行赛前准备，起跑更加顺畅。

吸引跑者目光的不只北京马拉松。11月2日至3日两天，全国范围内举行的马拉松等各类路跑赛事就超过30场，属于马拉松的“超级周末”在社交网络刷屏。

《2023中国路跑赛事蓝皮书》显示，2023年，全国共举办800人以上规模路跑赛事699场，总参赛人次605.19万，4月和11月全国举办的赛事数量均超过百万。与此同时，各地抢抓马拉松赛事蓬勃发展机遇，积极推动“体旅融合”，使“体育流量”成为新的增长点，让马拉松赛道成为展示城市文化和活力的窗口。

於之莹蝉联中国女子围棋“名人”

本报（记者刘晓）2024“梦之蓝杯”中国女子围棋名人战三番棋决赛近日在江苏宿迁落幕，在位“名人”於之莹八段中盘击败挑战者陆敏全六段，以2:0的总比分成功卫冕，成为首位蝉联女子“名人”头衔的棋手。

女子围棋名人战前三届赛事共产生陈一鸣、周泓余、於之莹三位“名人”，两次挑战赛均是挑战者获胜，还没有棋手卫冕。本次比赛吸引了众多顶尖女棋手参与，陆敏全脱颖而出，获得挑战机会。两名棋手的首局比赛，於之莹在官子阶段抓住机会逆转获胜。第二局，於之莹执黑先行。双方在前半盘局面接近，但第100手陆敏全下出疑问手，AI预测胜率骤降。於之莹也抓住机会就此奠定胜局。至143手，陆敏全投子认输。

於之莹表示，自己这一年状态一直不是很好，希望能以此为契机，下好后面每一盘棋。

本届中国女子围棋名人战由人民日报社、中国围棋协会主办，人民网、人民日报体育部、宿迁市宿豫区人民政府承办。冠军奖金25万元人民币，亚军奖金10万元人民币。

数字体育创新发展论坛举行

本报（立风）第三届数字体育创新发展论坛暨中国技术经济学会数字体育专委会2024年会，近日在北京工商大学数字未来中心举行。本届论坛聚焦“AI时代的体育新质生产力”这一前沿议题开展学术交流，14位专家、学者和业界人士，从技术、经济、体育、管理、应用等视角，深入探讨新质生产力、人工智能、数据要素与数字资产、元宇宙、智能装备等数字科技对体育事业的助力，展望数字体育

国际化发展的机遇、前景与挑战。

中国技术经济学会名誉理事长、监事长李平表示，数字体育主动拥抱AI，加快发展体育领域的新质生产力，是推动中国体育事业、产业高质量发展、实现体育强国目标的重要途径。

国家体育总局体育信息中心主任李业武表示，AI时代的来临，体育全领域与数字科技的深度融合、协同、创新正在加速演进，以数字体育为引领，将为加快推进体育强国建设作出更大贡献。

少数民族传统体育运动会志愿者出征

据新华社（记者许仕豪、杨冠宇）11月4日，第十二届全国少数民族传统体育运动会志愿者出征仪式在海南三亚举行。在运动会开幕倒计时18天之际，近7000名志愿者“小鹿晗”已准备就绪，将为全国各地来宾提供志愿服务。

共青团海南省委副书记、志愿服务指挥中心执行指挥长潘鸿表示，经过组织动员、报名招募、面试选拔和集中培训，志愿者已经准备好“共赴椰林海滩之约”；希望“小鹿晗”全身心投入到志愿服务工作中，并在工作期间学会尊重、理解和包容，让这场运动会成为一次增进民族团结、促进文化交流的盛会。

志愿者带队老师邝佳佳说，志

愿者是这场运动会中不可或缺的一环，是连接心与心的桥梁，更是展现中华民族大团结和文化多样性的生动载体。希望志愿者能够快速融入角色，用实际行动诠释奉献、友爱、互助、进步的志愿精神。

来自三亚六所高校等单位的大学生志愿者代表参加了出征仪式。仪式后，“小鹿晗”将奔赴十余个竞赛场馆、二十多家接待酒店、媒体中心、机场车站等地，为来自全国各地的运动员、技术官员、工作人员和观众提供礼宾接待、交通引导、安全保卫等志愿服务。

第十二届全国少数民族传统体育运动会将于11月22日至30日在三亚举行。



近日，2025国际冰球联合会亚洲女子冰球锦标赛在北京首钢冰球馆举行，中国队获得亚军。

图为中国队球员杨婧婧（右）和日本队球员浮田瑠衣在比赛中拼抢。
新华社记者 王楷焱摄

WTA年终总决赛 郑钦文取得首场胜利



11月4日，在沙特阿拉伯利雅得进行的女子网球选手协会（WTA）年终总决赛单打小组赛首轮较量中，中国选手郑钦文苦战三盘，以7:6(4)、3:6、6:1力克哈萨克斯坦选手莱巴金娜，收获年终总决赛的首场胜利。

谈到本次获胜，郑钦文说：“这感觉很好，这样一场战斗总是让我感到充满能量，我为赢得这场比赛感到激动。”

随着本场获胜，郑钦文继续保留小组出线的希望。11月6日，她将与保利尼争夺晋级名额。谈到对出线形势的分析，她表示：“我会屏蔽掉这些信息。对我来说，这就是一场比赛，就像普通巡回赛一样。我只需要尽全力去赢下比赛，不去考虑外界发生的事情。”

图为郑钦文在比赛后庆祝。
新华社记者 王海洲摄

法国学校里来了中国武术世界冠军

据新华社（记者肖亚卓）巴黎16区的让·德·拉封丹公立中学11月4日迎来了一批特殊的客人——来自中国国家武术队的世界冠军们在这里举行了一场精彩的武术表演和互动活动，吸引了大批学生、教师和家长参与。

“我们这支队伍刚刚在日本参加完武术套路世界杯，不少队员都是这次世界杯的金牌得主，马不停蹄就来到了法国。”国家体育总局武术运动管理中心主任张玉萍告诉记者，“中法之间的武术交流由来已久，今年有第六届中法武林大会，这也是中法建交60周年的庆祝活动之一。”

据张玉萍介绍，除了当天走进法国校园的活动，这支队伍前几日还在巴黎与法国国家武术队合作举办了一场武术表演，并在巴黎中国文化中心进行了一场关于武术文化的讲座，还在埃菲尔铁塔下带来了一场武术“快闪”活动。

“这次活动种类非常丰富，除了惯例的武术表演外，还有这种近距离与青少年的交流。我们希望通过武术这种在世界范围内有着广泛影响力的文化，加强两国人民尤其是青少年之间的交流，增进他们对中国文化的了解。”张玉萍说。

运动员们的表演让学生们大呼过瘾，随后的武术动作教学环节更是让学生们兴奋不已。11岁的阿伦此前在英国读书，4年前随父母搬到巴黎居住，从那时起开始接触武术。当台上的世界冠军们教授中国武术传统的抱拳礼时，他以“资深武者”的姿态向同学们介绍起抱拳礼的含义。

“左手为掌，右手为拳，左掌表示谦虚，右拳象征武力，一定要放在左手的后面，这是中国文化里‘先礼后兵’的意思。”阿伦讲得头头是道。他告诉记者，自己学习武术的兴趣源于功夫电影。“李小龙、成龙的电影我都爱看。”阿伦说。

法国武术协会负责人马克西姆·弗兰基内也被活动现场的热烈气氛所感染。他从9岁开始学习武术，至今已有20年习武经验。在他看来，武术不仅是学习一招一式，更是通过外在形式领会文化内涵的途径。

“武术是一项具有文化价值的运动。通过体育这门‘无声的语言’，我们希望能与中国建立良好的关系，促进两国人民的交流。未来，我们希望在法国的学校中推广武术。”弗兰基内说。