

广马国内组冠军吴向东：

广马夺冠是重大突破

12月10日，2023广州马拉松鸣枪起跑，吴向东以2小时15分36秒的成绩夺得国内组冠军。在冲线的一刹那，吴向东激动地做了一个“sit”的动作，这是足球明星C罗的经典庆祝动作，他以这种方式致敬自己的偶像。

他在赛后兴奋地对羊城晚报记者说：“广马是自己今年的收官之战，赛前就是奔着冠军来的。虽然今天天气有点热，但在广马沿路的优美风景和良好的氛围下，我对获得国际组第四、国内组冠军非常满意！”

31岁的吴向东此前参加全马的最好成绩，是2021年徐州马拉松的2小时11分36秒，但2023年他迎来大爆发，今年10月底在全国马拉松锦标赛北京站的比赛中，吴向东创造2小时10分02秒的个人最佳成绩。

吴向东上一次出战广马为2020年，获得国内组亚军，在广马十年的里程碑时刻，他更期待在2023年的收官之战实现突破。在半个月前的上海马拉松，吴向东以2小时11分53秒夺得国内组冠军，这是他真正意义上的首个重量级冠军。对于自己今年的收官之战，他赛前为自己定的目标就是“稳妥

出击，志在跑出好名次”。“广马的竞争对手都是上马的老对手，我将广马视为二次检验自己状态和比拼对手的机会，广马主要考验跑者竞技水平的发挥，贵在战术和体力的分配，我觉得要比上马更注重战术。”

吴向东告诉羊城晚报记者，在广马开赛前的几天，他一直在关注天气的变化，“在跑完上马后，最近两周以放松和恢复为主，但我特别想把广马的冠军拿下来。最近几天气温逐渐提升，赛前给自己制定的战术就是保守一些，希望前半程和后半程不要相差太多，尽量以跑名次为主。事实上我前半程也没有跑得太快，让自己在后程冲刺上保持不错的体能，这也是我在后程超过四五名国际选手的主要原因，他们在前半程冲得太猛了。”

在半个月连续斩获广马、上马国内组双冠后，吴向东非常开心，“今天遇到了很多我的粉丝，他们沿路都在给我加油，非常感谢他们的支持。虽然成绩并不突出，但在广马这种级别的大赛上取得名次，对于我个人的职业生涯来说也是一种突破。”

►吴向东挥手庆祝



天南海北来参赛，跑者点赞广马：

“人脸识别”效率高，服务热情又贴心！

今年广马最大的亮点是“人脸识别”系统的应用，从领取号码牌时的信息录入，到赛前检录，再到领取完赛物品，“人脸识别”系统贯穿了全程。在全马终点附近的赛后补给区，不少参赛选手都对这一系统的应用赞不绝口。“以往的马拉松比赛都是用手环记录选手信息，效率较低，但今年的‘人脸识别’不仅提高了全流程效率，还能最大程度保证公平。”来自南昌的涂先生告诉羊城晚报记者。

除了“人脸识别”系统之外，今年广马组委会还通过各种暖心服务提升选手的参赛体验，在赛后补给区，组委会的安排同样细致入微：在终点附近的医疗点，由全市13家医院的医护人员组成的医疗保障团队随时待命，准备应对突发情况，而这样的医疗点，仅在终点附近就有4个。



跑友合影

跑友：共赴奔跑盛宴

10日当天，赛道区域最高气温达到了25℃，相对湿度最高为86%，“热”“湿度大”是众多全马

参赛选手口中的高频词语。为保证选手顺利、安全完赛，组委会在沿途合理设置了众多喷淋点和补给点，来自山西汾阳的跑者董铁生表示，比赛时的天气对南方人来说可能是好天气，但是

对于北方选手而言，初来乍到需要不少时间适应，“山西有的地方气温已经达到零下20℃了，广州的‘湿热’对自己的比赛状态有一定影响。好在组委会把补给点、喷淋区设置得非常合理，这对我们外地选手顺利、安全完赛帮助很大。”

在赛后发放的补给包里，除了功能饮料、八宝粥、水果等补给食品，主办方还贴心地为每位完赛选手准备了毛巾和拖鞋，来自东莞的跑者周双喜对主办方的这一暖心举动直呼“给力”：“无论从赛道的设计、补给点的设置还是赛后补给包的准备，都能看出广马组委会对选手的关怀。虽然今天没有刷新个人最好成绩，但这次参赛体验还是让我印象极为深刻。”

来自南京的跑者牟振华对广马的赛道印象深刻，在他看来，广马的赛道将城市地标性建筑串珠成链，参赛者能在享受比赛的过程中饱览广州沿江美景，而广州街坊的热情也让他他在比赛过程中备受振奋，“尤其是在途经员村、猎德村的时候，街坊们请来舞狮队，敲锣打鼓地为我们加油鼓劲，这样的‘跑马’氛围对我顺利完赛也是一种很大的心理帮助。”

从山东飞过来参加广马的王先生，本周三抵达广州的他，在广马开赛之前就已经展开了他的广州之旅：小蛮腰、广东省博物馆、长隆、永庆坊……王先生的朋友圈里发布了开赛前他在广州各个

景区的留影。

王先生告诉记者：“我现在的模式就是跑马+旅游，在跑马的过程中探寻一个城市的印记。”这几天广州给他留下了非常好的印象。首次参赛广马也给他带来了不一样的体验：“广州马拉松科技感十足，人脸识别十分便捷、迅速、有效。赛道两边的市民非常热情。明年如果中签的话一定还要来。”

提到广马组委会安排的大礼包，王先生也赞叹不已：“广马组委会非常贴心，给跑者的优惠是双份的，我和太太去珠江夜游两个人都打了八折。这是我特别惊喜的地方，广马的组织很人性化。”

观众：现场氛围热烈

广州越秀市民吴先生抱着两岁的女儿在广马全程马拉松终点处海心沙散步，他告诉记者，自己因为今年没有中签，比较遗憾。正逢周日，吴先生一定要来现场感受一下广马的热烈氛围，他说：“我也是广马的老朋友，参加过首届广马半马的比赛，后面还参加过一届全马，不好意思说，那届全马比赛我跑在最后，成绩很差，实力不够，所以就不敢挑战全马了。”

吴先生告诉记者，身边的朋友对广马的评价很高：“广马的水平越来越高，已经吸引了越来越多的高水平选手，这项赛事也能助力广州体育高质量发展，赋能广州社会经济再上一层楼。”家门

口的比赛运营得越来越好，吴先生也深切地体会到周围的朋友参与度越来越高：“不得不说广马实在是太热门了，大家都觉得能被抽中是福气。”

在全程马拉松终点处，观众刘小姐告诉记者，她的丈夫今天参加了全程马拉松的比赛：“我们昨天下午从上海过来的，我先生刚刚参加完上海马拉松的比赛，就想再来体验一下广马，没想到今天的广州真的很热。”

刘小姐告诉记者，如今“广马”和“北马”、“上马”一起被跑者们誉为“人生必跑的三场马拉松”，她的先生今年很幸运，这三个赛事全部都参加了，而刘小姐自己也陪伴着先生完成了这三个赛事。

当记者问到比赛完后下一步有什么安排时，刘小姐非常兴奋：“我先生的跑马物资里面有一本手册，参赛选手去南越王博物馆、陈家祠、神农草堂、广州博物馆和帽峰山森林公园都是免费参观，我们明天准备选两个离酒店近的最点过去看看。”

今年的广马跑者物资里，有一本“百宝箱”般的小册子——广马选手“畅游广州专项礼遇”大礼包。在12月8日至13日，参赛选手凭报名身份证件（护照）及号码布或领物单，即可享受广州市区相关景区、酒店和餐饮等多项专属优惠。毋庸置疑的是，许多的外地选手肯定用上了这本小册子。刘小姐补充道：“广州的早茶很出名，我们打算明天早上去喝个早茶。”

500多位公安民警组成护跑团

12月10日下午，广州市公安局新闻办公室通报：比赛期间，广州警方组织安保力量16600多人，当日凌晨5时前即到达岗位，保障赛事安全进行。值得注意的是，广州市警察协会组织中签参加2023广州马拉松赛事的广州公安民警及部分

省内外友好城市公安民警共计500余人组成警察护跑团，按小组分别加入到全程马拉松、半程马拉松2个项目。作为赛事安保的机动力量，他们参与起跑阶段的队伍秩序维护，以及比赛途中如有突发情况的第一时间处置等，有效赋能赛事安保闭环。

选手水平提高 让广马变成亮眼的城市名片

早早来到起点带领选手热身、背插写着完赛时段的小旗跑在队前、时刻帮助选手调整配速……在今年广马三万余名参赛选手中，有一群人的身影格外醒目，他们就是广州马拉松赛的官方领跑员，跑友们亲切地称呼他们“兔子”。

今年广马一共设置了69名官方领跑员，其中全马领跑员44人，分别带领8个完赛时段；半马领跑员25人，分别带领6个完赛时段。今年35岁的广州本地人钟健鸿是领跑全马的“兔子”之一，他带领的时段是3小时45分钟。

“领跑员不仅需要掌控跟跑选手的节奏，还需要在比赛中帮助选手调节呼吸、步频等。此外还需要随时留意参赛选手的身体状况，一旦发现有人不对劲，需要及时伸出援手。归根结底，领跑员需要保证跟跑选手安全完赛。”钟健鸿对羊城晚报记者介绍说。

钟健鸿从2017年起开始参加广马比赛，2018年起，钟健鸿开始担任广马官方领跑员，到本届已是第三次。在日常工作外，钟健鸿利用闲暇时间在社群中担任助教并组织线下跑团活动，“每一场线下活动都是对我们的一次考核，只有考核通过才能成为领跑员。”

谈及这些年广马的发展，钟健鸿对参赛选手水平的突飞猛进感触颇深，在他看来，随着近年来市民参加广马的热情越来越高，广马参赛选手的水平也越来越高。“以前业余跑者能完成一个马拉松已经算是很厉害了，

3小时30分更是一个大关，现在很多跑者都能‘破3’，选手整体素质的提高也让赛事水平越来越高，广马正越来越成为广州一张亮眼的城市名片。”

钟健鸿从2016年开始接触马拉松，从2017年开始接触到正规训练，在2019年广马比赛中跑出3小时5分49秒的个人最好成绩，说起自己成绩的提高，钟健鸿一再强调科学训练的重要性：“我从2016年就开始接触马拉松，那时候我比较无知，没有经过科学训练就稀里糊涂报名参加了一个半马比赛，导致自己受了伤。”钟健鸿表示，“跑马”是门大学问，训练、康复、睡眠、饮食都需要进行科学合理的规划，“一定要根据自身情况循序渐进，这样才能在保证健康的同时稳步提高成绩。”



比赛现场



趣味装扮格格外引人瞩目

从黎明时分到艳阳高照，暖心举措护航“热晴”广马

地铁首班车提前开

首班车提前发车+广马证件持有者免费乘车，这是历届广马比赛当天广州地铁为广马跑者和工作人员提供的暖心服务。10日当天，广州地铁1、3、APM线提前至5点发出首班车；记者10日天未亮时在广州地铁各线网看到，提前“苏醒”的地铁为广马比赛提供极大便利，不少跑者和工作人员均搭乘地铁前往赛区各处。在接近广马起点天河体育中心林和西站，志愿者早早站在月台，举牌指引跑者从哪个出口出站到哪个出口办理相关手续。

“为了确保5点准时发车，我们的工作从全部提前到岗。”广州地铁珠江新城中心站站长张水晶说，尽管自己没有跑过广马，但已参与过多年广马保障服务，将跑者安全准点送达起跑点，看着他们

平安完赛返家。张水晶认为，广马体现超越自我的竞技精神和勇于创新的城市面貌，为众多跑者服务她感到很荣幸，希望每一位跑者都能继续超越自我成绩翻新。

赛场内外均干净整洁

唤醒一座城市除了提前“苏醒”的“轨道巨龙”，还有城市美容师。当广马跑者出站一刻，是干净整洁的街面。在林和西站对出天河北路打扫的天环二所袁师傅，与其他环卫工人一道把道路打扫干净，“我没有参加过广马，但我作为广马跑者和前往起点的路打扫卫生。”袁师傅说，以前他们只是用扫把打扫，如今不少保洁工作已换用机械。他希望自己的工作，能够让广马跑者们看到干净整洁的广州街道。

市政街面有环卫保洁，广马赛道同样保洁不缺位。作为广马

起点的天河体育中心，3万跑者聚集难免产生落地垃圾。在10日7时30分全马起跑和8时半马起跑间隙，多名赛会工作者和志愿者进入赛道快速清理落地垃圾，一来保障赛道干净，二来避免跑者因落地垃圾发生意外。

跑者享受专属气象服务

“热晴”是2023广马天气的“关键词”。11月中旬至今，影响广州的冷空气偏弱，使得广马赛时气温超过了适合马拉松比赛的14℃~16℃。偏热的天气也许无法改变，但提前预知的服务“可以有”。在10日清晨5时，所有广马跑者的手机，均准时收到广州市气象台发布的广马比赛专属天气预报，包括了赛时不同时段的气温、风向预报；即使赛时无法看手机，跑者们也能在起点、终点、20公里、30公里等地，通过现场

大屏幕看到附近气象站实测的天气数据。每位广马跑者，均享受“专属气象台”服务。

记者从广州市气象局获悉，为保障2023广马，广州市气象部门截至比赛开始前共提供6期专项服务，以便广马赛会及时调整赛事保障。为应对突发天气，广马比赛当天在起、终点均设置应急气象车，还有预报员在终点值班实时观测天气，让气象服务覆盖整条广马赛道。

“电鸡”提升救援效率

电动自行车是一种让广州市民“又爱又恨”的交通工具。但如果妥善利用，这种俗称“电鸡”的交通工具能提供更多便利。在琶洲半马终点附近，记者看到医疗保障人员骑着“电鸡”穿梭服务。“往年我都是骑自行车，今年我改骑‘电鸡’了。”骑“电鸡”为

跑者提供服务的医护人员周先生介绍，他身上背负的物资大概十斤重，以往他需要背负沉重的背包骑自行车在2公里责任赛道巡逻。如今改用“电鸡”，救援效率得到极大提升，感觉自己的“负担”也因此“变轻”。

赛后放松项目细心周到

临近中午时分，不少跑者已平安完赛。艳阳高照，使得此刻的广州更“热晴”。记者在半马和全马终点看到，赛会和赛事赞助商安排理疗师为参赛者提供拉伸恢复服务，有的跑者还体验到赛会和赛事赞助商提供的冰水敷脚、冰肌喷雾放松肌肉服务。看似“冰冷”的服务，却在艳阳高照下缓和偏热的气温。

从黎明时分到艳阳高照，广州用一个个暖心服务，护航“热晴”广马。