



天津银行·2025天津马拉松
BANK OF TIANJIN·TIANJIN MARATHON 2025



裁判团队各司其职共筑专业防线

天津银行·2025天津马拉松鸣枪开跑进入“倒计时”，裁判员的准备工作也已经进入“冲刺阶段”。全体会、联席会、勘察赛道、对接部署、投放在布、查漏补缺，所有人都在争分夺秒，确保“天马”顺利进行。

“天马”这场精彩田径盛宴的顺畅进行，离不开裁判团队的倾情付出。据“天马”赛事总管、国际级裁判员王峰介绍，本届“天马”中国田径协会选派裁判员5名，包括1名比赛监督、1名技术代表、1名外场裁判长和2名技术官员。天津市田径协会选派裁判员326名，包括国际级裁判员17名、国家级裁判员88名，其余绝大部分为国家一级裁判员。全体裁判员各司其职，确保选手顺利完赛。

据王峰介绍，为更好地完成此次“天马”执裁工作，竞赛团队目前已经组织了3次培训，主裁判以上级人员查看了线路，并进行了汇报陈述。明天上午，天津市田协选派的裁判员将进行全体会，就具体细节问题进行安排部署和对接。明天下午，中国田协选派的裁判员将抵达天津，进行勘察赛道等一系列工作。周六，“天马”将召开裁判员全体会和联席会，进行汇报并对现场勘察情况进行点评。

同时，裁判员将与主持人对接，就起跑流程等环节进行演练。周六晚，工作人员将开始在赛道上安置公里牌、水站、水、桌子、卫生间等，所有事情都要在周日凌晨准备完毕。凌晨4点半，全体裁判员到岗。开赛进入“倒计时”，所有工作人员都在争分夺秒。

物资发放也是一个“大工程”，王峰介绍说：“33000个装备包，每个里面十几种东西，七八百名志愿者从一早开始工作，要忙一整天。”存取包的工作量同样不小，“气温较低，选手们临近开跑才脱掉外衣存包。7点半比赛开始，在警车开道的情况下，我们的装备车从起点天津大礼堂转场，大约8点抵达‘水滴’，而且车辆无法进入内场。短短1小时10分钟，志愿者和工作人员必须将所有参赛包全部按序排列完毕，工作量和强度非常大。半程马拉松那边，同样是转场取包。”为了“天马”的顺利进行，为广大跑者感受焕然一新的“天马”，所有工作人员积极奉献、默默付出的热情，为深秋已有寒意的津城注入了别样的暖意。

记者 苏娅辉

天津银行·2025天津马拉松将于10月26日鸣枪开跑，这场承载着城市活力与跑者热爱的赛事，正在深秋的海河之畔悄然酝酿着沸腾与感动。



明信片由回收纸浆、植物种子制成，泡水、埋土便可发芽。

每条毛巾由3.5个塑料瓶再生而成，减少273克碳排放。

赛道内外“重塑热爱”倡导低碳环保理念

本报讯(记者 谢晨)天津银行·2025天津马拉松将于10月26日鸣枪起跑，今年“天马”创新推出“重塑热爱”低碳环保行动。

今年“天马”组委会倡导以更纯粹、更可持续的方式去表达热爱——减少塑料、重复使用、循环再生，用行动守护热爱的赛道。本届赛事招募100名“环保体验官”，成功入选“环保体验官”的跑者，须在天津·马拉松博览会和比赛日当天前往指定展区，完成绿色低碳任务即可解锁主题徽章。集齐两个及以上主题徽章，可在赛后完赛区兑换由6个塑料瓶回收再生而成的“天马”专属再生环保背包，每个环保背包可减碳468克。

此外在今天开幕的2025天津·马拉松博览会上，还创新打造了“重塑热爱”绿色低碳互动展，通过设置展示区、互动区

和回收区三大板块，旨在为广大跑者和市民打造沉浸式绿色低碳体验空间。展位的所有陈列道具均使用瓦楞纸板进行搭建，博览会结束后皆可回收利用。10月26日比赛当天，赛道起终点均设有旧衣回收区，闲置衣物也有了新归宿。赛道上自带水杯、不弃雨衣、不乱扔垃圾的每一位跑者，将用实际行动扮靓属于自己的2025“天马”征程。

组委会今年通过联合北京零废弃循环利用产业促进会，首次引入循环经济理念，系统管理赛事废弃物，让可持续发展理念深植于人心。本届“天马”将对赛道的塑料瓶进行回收再利用，未来它们或将变成赛事装备，甚至回归“天马”物资中，预计减碳16000000克。今年“天马”还为三万余名跑者提供环保毛巾、种子明信片、塑料再生号码布袋等多重环保礼遇，减碳总计超11640000克。

官方配速员到位 助力跑者实现突破

天津银行·2025天津马拉松将于10月26日鸣枪起跑。经过组委会的严格筛选，76位经验丰富、成绩优异的官方配速员最终脱颖而出，其中马拉松配速员47人，半程马拉松配速员29人。赛事共设置10个马拉松配速时段和7个半程马拉松配速时段。

在这支专业配速员队伍中，全程马拉松3小时配速员毛敬伟的身影格外引人注目。在2023年的天津马拉松赛道上，他以2小时59分30秒的成绩，精准地带领跑者完成比赛。作为一名个人最佳成绩(PB)已达2小时45分的跑者，他选择放慢脚步，成为赛道上最可靠的“移动时钟”。

7年前，40岁的毛敬伟在“不惑之年”开始奔跑，挑战自我。他从追求个人成绩，逐渐转变为帮助他人实现目标的领跑者。2023年，他首次担任天津马拉松三小时配速员，初衷是带领更多跑者实现“破三”这一业余跑者的崇高目标。凭借远超要求的个人成绩，他成为了那场比赛中最快的官方配速员之一。

作为官方配速员，毛敬伟有着严格的赛场准则。为避免打乱节奏，他不多与跑者聊天，而是通过喊话进行关键提醒。“我们自己要多喊一喊，提醒进水站、弯道、坡度和补给。”他习惯每5公里对表，然后大声告知时间，用声音激励大家坚持。他的鼓励曾创造奇迹。在2023年“天马”比赛中，一名几乎要放弃的跑者在他的激励下成功“破三”，实现了个人最佳成绩(PB)。这样的时刻让他感到一切付出都值得。同时他也呼吁每位跑者，比赛时量力而为，以身体健康安全为重。

今年“天马”配速员经过线上线下两次筛选，方式科学严谨。作为三度连任的官方配速员，毛敬伟亲历了天津跑者水平的飞速提升，“2024年时‘破三’大军已浩浩荡荡，大众选手的训练和装备都非常专业。”为备战此次官方配速员使命，毛敬伟进行了近一个月的系统训练，从前两周的有氧慢跑，到中间提升强度，最后进行调整，内容涵盖有氧跑、间歇跑、长距离跑及核心力量练习。

“独乐乐不如众乐乐。”这是毛敬伟的信念。在他看来，带领跑者实现目标——无论是“破三”还是完成“首马”，都比自己创造个人纪录更有意义。“帮助他们实现目标，在冲过终点的一瞬间，我的喜悦就如同自己刷新PB一样。”

记者 张璐璐

焕新“天马” 10月26日从这里出发

记者观察

周日，让我们来一场纯粹的奔跑

两千五百多年前，希腊士兵斐迪庇第斯肯定不会想到，他那次燃尽生命只为传递胜利消息的奔跑，会逐渐演变成如今最为火热的一项运动。一百多年前，当第一届奥运会决定设立马拉松项目时肯定也不会想到，这项从诞生之日起就在挑战人类极限的运动，会逐渐演变成一场场大众的狂欢……

最近几年，马拉松赛事呈井喷式发展。2024年全国累计举办各级各类路跑赛事749场，平均每天有两场以上的路跑赛事鸣枪。今年上半年，又已经有两百多场马拉松赛事举办，动辄便有上万名跑者同场竞技。在马拉松赛事逐渐从小众向大众演变的过程中，各种乱象也不断出现：有些人将参加马拉松当做了一场秀，各种奇装异服、搔首弄姿、直播引流，甚至把自己变成了流动的广告位；有些人则把比赛当成了“零元购”，盯上的是越来越丰厚的赛事包与补给品，而当各地开始将当地美食加入补给之后，甚至出现了专门为吃“流水席”而报名参赛的假跑者、真食客；还有人将跑马当做了一种“社交”，一种“人设”，一种社交媒体上的“炫耀资本”。

最近几年，马拉松赛事呈井喷式发展。2024年全国累计举办各级各类路跑赛事749场，平均每天有两场以上的路跑赛事鸣枪。今年上半年，又已经有两百多场马拉松赛事举办，动辄便有上万名跑者同场竞技。在马拉松赛事逐渐从小众向大众演变的过程中，各种乱象也不断出现：有些人将参加马拉松当做了一场秀，各种奇装异服、搔首弄姿、直播引流，甚至把自己变成了流动的广告位；有些人则把比赛当成了“零元购”，盯上的是越来越丰厚的赛事包与补给品，而当各地开始将当地美食加入补给之后，甚至出现了专门为吃“流水席”而报名参赛的假跑者、真食客；还有人将跑马当做了一种“社交”，一种“人设”，一种社交媒体上的“炫耀资本”。

本”，为了拿到完赛奖牌甚至想出了抄近道、“套牌参赛”、找人代跑等作弊招数……马拉松无论是作为一项挑战极限的竞技运动，还是一项长距离慢跑的大众运动，传递的都是自律、坚毅的精神风貌。上面的这些行为显然与其相去甚远、格格不入。

当然，除了这些“目的不纯”者之外，还有部分跑者因为“目的过于纯粹”而给自己带来了不必要的风险——跑者圈中一直流传着“无跑量不跑马”的说法，参加马拉松赛事之前一定要有足够的跑量作为支撑，一定要循序渐进，根据个人实际情况来参赛，决不能脑袋一热就报名参赛，更不能为了“挑战自己”“突破极限”，在身体已经出现预警的情况下盲目“逞能”。

本周日，焕然一新的“天马”就将上演，33000名跑者齐聚渤海之滨。为了给跑者创造更好的参赛环境，大到赛道整体设计、赛事组织安排；小到衣物存放、厕所垃圾箱的点位；从医疗保障到志愿服务，从赛中补给到观众助威……“天马”组委会已经做好了万全的准备，保证所有参赛者可以安全、顺畅地参赛。同时，也希望各位参赛者能够将精力集中于奔跑本身，文明参赛，遵守赛风赛纪，尊重赛场礼仪。

10月26日，让我们来一场纯粹的奔跑，让马拉松回到丈量城市温度、传递生命力量的原始轨道。

记者 滕达

体操世锦赛男子个人全能

中国两将位列亚军及第四

本报讯(记者 苏娅辉)2025年体操世锦赛昨天在雅加达展开男子全能决赛，同时排名第3晋级吊环决赛。侍聪排名第5晋级个人全能决赛，同时晋级双杠和单杠决赛。洪延明晋级鞍马决赛，兰星宇晋级吊环决赛，黄明淇晋级跳马决赛，邹敬园晋级双杠决赛。女子资格赛中，张清颖以53.699分排名第4晋级个人全能决赛，同时晋级平衡木决赛。邓婉兰晋级跳马决赛，杨凡予晋级高低杠决赛。

昨晚进行的男子个人全能决赛中，张博恒发挥稳定，前5项比拼结束后排名第2。最后一个项目单杠比赛中，张博恒得到14.300分，最终以84.332分结束全部6项比拼，这一成绩比他的资格赛成绩高了2.002分。后面出场的桥本大辉在单杠拿下14.700分，最终以85.131分夺冠。瑞士选手塞菲尔特获得季军，侍聪以82.297分排名第4。

“哀兵”亚泰来战 津门虎需全力应对

本报讯(记者 顾颖)本周中，4支中超球队出战亚冠精英联赛第一和第二级别比赛，之后紧跟着，中超联赛第28轮比赛，就将从明天陆续展开8场争夺。

按照联赛的节奏，昨天中足联公布了罚单，青岛西海岸队的老将张呈栋，因在上一轮与上海申花队的比赛过程中，辱骂主裁判及助理裁判，被停赛5场、罚款5万元人民币。作为目前中超赛场上为数不多的“80后”，36岁的张呈栋领到这样一张跨赛季执行的罚单，从某种意义上说，也加大了他在本赛季结束后退役的概率。

在中超赛季只剩下3轮比赛的时候，涉及争冠、保级的比赛，都格外引人关注。今天，暂时排名垫底的长春亚泰队将抵达天津，准备本周六下午客场对阵天津津门虎队的比赛。还有3场比赛，还有机会——这是最近亚泰队与亚泰球迷

相互鼓励时，说的最多的话，但是作为一支长时间排名垫底的球队，亚泰队本赛季经历了赛季初人员调整不力、换帅、伤病、处罚等各种各样的问题。昨天，俱乐部官方微博还发布了外援罗西奇、奥莫伊胡安弗因没有参与训练的信息，外界并不清楚这两名球员今天能否随队来天津，而主教练苏亚雷斯因为累计两张黄牌，本场无法临场指挥比赛，这也是他们要面对的。

实际上除了积分榜一头一尾的几支球队，有争冠或保级的目标要全力实现，对其他球队而言，也有自己的赛季目标要完成，并非无欲无求。最近几天，津门虎队主教练于根伟，就多次在队内提及目标的问题，希望大家能够用最好的态度，投入本赛季中超“最后十之一”的比赛，在赛季真正结束的时候，给自己一个满意的交代。

上海申花队获亚冠精英联赛首胜

本报讯(记者 顾颖)凭借第57分钟外援阿苏埃的头球弹地入网，以及全场比赛常规时间即将结束时，安德烈·路易斯的小角度推射入网，2025—2026赛季亚冠精英联赛第3轮，上海申花队主场2:0战胜韩国首尔FC队，取得了宝贵的3分。

昨天申花队的首发阵容，派出了特谢拉、阿苏埃、马纳法3名外援，以及绝大多数常态首发的国内球员，取胜意愿非常明显，这一点和前一天出战的成都蓉城队、上海海港队选择部分轮换阵容应战大相径庭，而最终在自己的主场战胜首尔FC队，与对手一起暂时跻身晋级区，也证明了申花队的实力与勇气。不过10月26日，申花队还要在中超联赛第26轮比赛中，主场对阵大连人队，如何保证体能和战术执行力，是目前尚有争冠希望的申花队，届时最大的难题。

亚冠精英联赛3轮比赛过后，首尔FC队、上海申花队、日本广岛三箭队和马来西亚柔佛DT队，同积4分排在东亚赛区12支球队的5至8名。根据赛制，亚冠精英联赛部分的比赛结束后，东亚赛区和西亚赛区的各自前8名，能够进入16强淘汰赛，积3分的成都蓉城队，目前排在东亚区第9位，上海海港队积1分，在东亚区垫底。

今天，北京国安队将在亚冠精英联赛二级比赛中，第3轮客场对阵中国香港大埔队，紧接着24日从香港返回北京，26日联赛对阵保级队青岛海牛。