



浙江省马拉松越野赛的现状与发展对策研究

崔 崧¹, 陈丹丹²

摘 要: 本文以 2015 年浙江开化国家公园越野赛和宁波山地马拉松为例, 运用文献资料法、访谈法、问卷调查法等研究方法对两场赛事的现状和参与者进行研究, 调查越野跑参与者的年龄、收入、学历、来源地等基本特征, 并发现参与者开始训练时间和参赛经历等特点。研究认为, 未来马拉松越野赛在赛事方面应加强赛道规划、项目设置、赛事难度、比赛日期、天气因素、医疗服务、救援力量。在服务方面应提高信息提供、赛事服务、志愿者服务。在赛事开发方面, 丰富媒体宣传及公关活动, 因地制宜, 结合旅游、商贸, 开发相关衍生产品, 降低办赛经济压力。

关键词: 马拉松越野跑; 现状; 对策

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2015)05-0005-04

Study on the Status Quo of the Marathon Races in Zhejiang Province and the Related Measures

CUI Kui, CHEN Dandan

(High School Affiliated to Fudan University, Shanghai 200431, China)

Abstract: Taking the examples of Kaihua National Park Cross Country Race and Ningbo Mountain Marathon in Zhejiang Province in 2015, and by the methods of literature study, interview and questionnaire, the paper focuses on the status quo of the two races and the participants, including the participants' age, income, educational background and origin, as well as their training years and competition experience. The result shows that the future marathon should be further improved in track planning, item establishment, difficulty of race, date of race, weather, medical service and rescue force. The services of information supply, event service and volunteer service should be upgraded. As to the event marketing, media promotion and public activities should be enriched. The related derivative products should be developed combining with tourism, commerce and trade so as to reduce the economic pressure of hosting an event.

Key Words: marathon cross country race; status quo; measure

马拉松赛事因具有广泛的大众参与性、较高的挑战性、丰富的商业性而风靡全球。2015 年中国田径协会注册的马拉松赛事已多达 100 余场(半程及全程马拉松赛, 平地及越野马拉松赛)。马拉松越野赛因其对环境、路线、补给、救援等的较高要求, 对参赛者和赛事举办者都提出了更高的标准。2015 年上半年在浙江举办的开化国家公园越野赛和宁波山地马拉松赛不仅充分展示了举办地的自然风光和人文景观, 还体现了举办方的办赛能力和越野赛的魅力。本文通过对这两场越野赛的参赛人群进行调查, 进而对当前浙江省马拉松越野赛的现状与发展对策进行研究, 以期对浙江省乃至全国的马拉松越野赛的可持续发展提供借鉴。

1 研究方法

1.1 文献资料法

通过马拉松和越野赛等关键词, 在中国知网查阅有关马拉松参赛者研究文献; 查阅两地赛会期间当地媒体报道; 查阅两个赛事的官方网站相关信息, 为本研究提供扎

实的基础。

1.2 访谈法

实地全程考察两场马拉松越野赛, 并对两场赛事的参赛选手、裁判员、组委会人员及志愿者进行面对面访谈或电话访谈, 获得马拉松越野赛不同相关人群的意见和建议。研究人员还亲身参与这两项赛事, 以获得更直观的感受。

1.3 问卷调查法

根据前期的调研设计问卷。问卷根据浙江省体育竞赛中心 1 人及学界专家 3 人意见进行反复修改, 进行信度及效度检验。对开化国家公园越野赛参赛人员(越野组, 21 km)发放问卷 88 份(赛后终点处对完赛人员发放), 回收 88 份, 其中有效问卷 83 份, 有效率为 94.3%; 对宁波山地马拉松参赛人员发放 222 份(赛后终点处对完赛人员发放), 其中有效问卷 203 份, 无效问卷 19 份, 有效率为 91.4%。采用 SPSS18.0, 对问卷回收及相应问题进行了相关的数理统计。

收稿日期: 2015-9-10

项目基金: 2015 年上海市体育社会科学决策咨询项目(TYSKYJ2015060)

第一作者简介: 崔崧, 男, 硕士研究生。主要研究方向: 体育教育训练。

作者单位: 1. 复旦大学附属中学 上海 200431。2. 上海体育学院 体育新闻传播与外语学院 上海 200438。



2 2015年浙江省越野跑赛事概述

2015年浙江省马拉松赛事(含半程和全程,平地和越野)举办40余场,相对于2014年呈现爆发式增长,其中大部分城市2015年第一次举办马拉松赛事。浙江地理条件素有“七山二水一分田”的说法,因此有着举办越野赛优越的自然条件。越野跑是一种在野外自然环境下的长距离跑,越野赛参赛者在跑步过程中要面临周围环境、海拔高度和路线状况的不停变化,因此越野赛在赛道规划设计、参赛人员的规模和数量控制、补给程度和卫生控制、通讯和救援保障力量等方面均难于或高于平地马拉松赛事。

2.1 开化国家公园越野赛

2015开化国家公园越野赛是浙江省开化县举办的首届越野马拉松赛事,于4月5日星期日举行,由开化县人民政府和杭州《都市快报》共同举办。开化县森林覆盖率高,虽处浙江西部,但降水量为全省第二。该县还是浙江有名的油菜花之乡,4月份开化县遍布油菜花,风景如画,为赛事增添了吸引力和观赏性。2015年以“穿越花海奔跑开化”为主题的赛事参赛人数为300人,越野组(21 km,累计爬升800 m)和花海组(10 km,累计爬升180 m)两个组别各150人,总体上是小型的马拉松越野赛。赛事开通了微信报名及支付宝账号。开化县为每名参与者提供了价值120元的免费景点门票和赛后农家土菜的福利。赛事组委会还使用无人机进行拍摄。

2.2 宁波山地马拉松

2015第二届宁波山地马拉松4月25日周六在宁波市江北区举办,这是江北区政府与民间团队联合组织的山地马拉松赛事。宁波山地马拉松赛是中国田径协会注册赛事,2014年凭借专业的组织水平、优质的服务和独特的赛事环境,积累了相对成熟的办赛经验,在越野爱好者中获得了很好的口碑,具备一定的知名度。2015年赛事规模略有扩大,参赛人数3500人,项目设定为全程马拉松组600人、半程马拉松组1500人,体验组100人,团队组400人(体验组和团队组赛程约12 km)。赛事赛道与2014年相比略有改变,其中全程组爬升高度从1577 m下降到1122 m,降低了越野赛参与者的门槛,同时降低了赛事风险;增加了运河段的赛道,结合了京杭大运河延伸段萧甬运河的独特风景,丰富了赛道景观,展现了沿岸风光。赛事开通了官方网站,还和益跑网进行合作报名。赛事主打公益慈善牌,参赛者报名费用中的10元用于宁波市江北区慈善总会的“夕阳健身基金”,旨在为老年人提供健康运动的保障和服务。为了让本地选手更好地参赛,组委会邀请为多支国家队进行体能康复的陈方灿博士前来,为马拉松训练营的宁波跑友授课。此外,宁波山地马拉松还提供60个2015年的杭州马拉松直通名额,对参赛者有一定的吸引和激励作用。

3 越野跑参赛者的调查结果与分析

参赛者是马拉松赛事的主体和直接体验者,其参赛体验对赛事的举办有着重要意义。吴艳丽^[1]认为不同参赛等

级和参赛次数对于马拉松参赛者的服务需求差异显著,不同的参赛人群对其服务需求亦有差异。通过一定手段的调查分析,可以大致了解参赛者的心理诉求,可为未来赛事提供相应的咨询和建议。事实上,不同参赛者的心理动机是有差异的。相振伟^[2]对大陆地区和台湾地区参赛者的参与动机因素比较分析,发现大陆地区参赛者的参与动机主要为好奇心、锻炼身体、磨砺意志;而在台湾地区,社会支持、自我展现等因素影响参与马拉松比赛。对2015年浙江省两项马拉松越野跑参赛人群进行调查,能更直观地了解越野赛参赛人群的基本状况,掌握参与者的需求,了解该项赛事存在的问题并提出相应对策。

3.1 开化国家公园越野赛参赛者结构分析

3.1.1 参赛者基本信息

性别方面,男性参赛者67人,占68.7%,参赛者绝大多数为男性。学历调查中,93%的被调查者学历为大学专科及本科及以上。在收入方面,月收入在6000元以上的参赛者占75%,月收入2000元以下的参赛者占5%,多为学生。结合年龄及收入情况进行分析,参加越野赛的人员整体素质较高,身体锻炼意识较强,是广告主可以考虑的广告精准投放的对象。

3.1.2 参赛者来源地

从赛事组委会的角度考虑,本文对参赛者的来源地或居住地较为关注。此次调查中,开化国家公园越野赛参赛者的来源地,本地人(开化县)仅占9.6%,80.7%的参赛者来自浙江省其他地区,10.8%的参赛者来自于其他省份,多为上海和江苏。显然,地理半径是参赛者主要考虑的因素。来自浙江本省的参赛者较多,一方面是地理交通较为方便,第二是杭州《都市快报》有一定的赛事举办经验及宣传平台作用,因此杭州的参赛者较多。通过访谈,外地参赛者多来自上海和江苏选手,主要是这两个地方有不少跑步爱好者,另外参赛者也有趁着清明3天小长假旅游的意图。开化县与安徽、江西两省接壤,距福建省也不远,但相对来说对这3省吸引不大,或许有地处同类风景地带,旅游吸引力不大的原因,或与这3省越野爱好者较少有关,也有可能因为是赛事第一次举办,宣传没有完全到位,品牌和口碑尚未建立有关。未来赛事主办方在这周边3省进行一些宣传、联动方面的活动。

3.1.3 参赛者训练及参赛信息

在全部调查者中,37%的参赛者首次参与马拉松赛事;本次比赛前较少参加过马拉松赛事的参赛者(全程或半程)约31%;经常参加马拉松赛事的人员仅占31%,3类人群比例相当。初次参加越野赛事可能和本届比赛第一次举办有关,也可能因为本届比赛最长为半程马拉松越野赛,初学者比较有信心有关。关于锻炼年限,45%的参赛者锻炼时间小于一年,32%的参赛者锻炼时间在1~3年,23%的参赛者锻炼3年以上,属于长期锻炼者。马拉松跑的前期训练需要一个较长的过程,曾保持香港800 m和1 mi(约1.609 km)纪录、首位4 min内完成1500 m跑的杨世模认为半程马拉松赛至少需要12周(3个月)的较为



系统的训练,全程马拉松则需要 36 周(9 个月)的训练^[3,4]。而越野赛在跑步技巧等方面需要更长时间的训练,并需要一定的参赛经验。从这项调查看出,参加本届比赛半程越野赛的选手训练年限和参赛经历不足,存在着较大的受伤甚至更严重问题的风险。比赛当天天气较为凉爽且赛事组委会每 200 m 配备了高山救援人员,但未来一些首次举办越野赛事的组委会,对选手的资格认定要严格;对参赛者来说,应采取慎重、循序渐进的方式训练和参赛。

在参与方式上,59%的参赛者与朋友或跟随俱乐部一起前来,30%的参与者与家人一同前来,11%的参赛者独自前来,结伴参赛是参与者最多见的参赛方式。在参与目的的调查中,选项最多的为强身健体和旅游观光,娱乐消遣和公务活动为目的的占少数。总体而言,总体而言,越野赛跑参与者偏爱小型团体式的参赛方式,姑且称为“1+n”型的参赛方式,即 1 名参赛者带动若干朋友、家人共同前来赛事举办地的参赛、休闲方式。

3.2 宁波山地马拉松参赛者结构分析

3.2.1 参赛者基本信息

在对 2015 宁波山地马拉松赛调查的有效问卷中,男性为 164 人,占 80.39%,女性 40 人。参与者的学历情况中,86%的参与者学历在大学专科及本科以上,仅 16%的参与者学历在高中及以下。收入方面,收入 2 000 元~4 000 元,4 000 元~6 000 元,6 000 元~8 000 元,8 000 元以上 4 个区间人数相当,大约各占总人数的 22%。收入 2 000 以下的参赛者占 12%,基本都为学学生。

3.2.2 参赛者来源地信息

问卷结果显示,参赛者的来源地,67%的参与者为宁波(包括下辖的区市县)本地人。通过访谈了解,宁波本地人参加,是因为去年该赛事口碑较好,尽管第二天(星期日)宁波还有一个平地马拉松赛事,但许多人还是愿意参加周六的越野赛。也有一些长跑爱好者或发烧友则认为,越野赛更有挑战,更加有趣味,一旦喜欢上,基本不大跑平地的赛事。

约有三分之一(33%)的参赛者来自外地。其中,19%的参赛者来自浙江其他地区,14%的参与者来自他省份,多来自上海,也有来自湖南,江苏,北京,福建等地。宁波的地理位置较好,高铁到福建、上海差不多 2 h,且本届比赛离市中心不远;宁波的高速公路四通八达,通过杭州湾跨海大桥,外省市的上海、江苏的参赛者自驾车较为方便;航空途径,全国大多数通航城市选手可以直达宁波,参赛者中有不少北京越野跑爱好者,虽花费较高但时间较短。总体上看,便捷的交通让参赛者在时间花费较为可控。

3.2.3 参赛者训练及参赛信息

34%的参赛者首次参加马拉松比赛,66%的参与者曾参加过马拉松(半程或全程)。参赛选手中,其中经常参加马拉松(半程和全程,参加 4 次以上)的占 32%。关于锻炼的年限,36%的参与者跑步锻炼时间小于一年,这些选手在最近一年内才开始有规律的锻炼。另有 38%的参与者跑步锻炼时间在 1~3 年。26%的参与者锻炼 3 年以上,是

长期规律锻炼者。

在参加比赛的方式方面,63%的参赛者是与朋友或随俱乐部一起前来,24%参赛者一个人前来,10%的参赛者与家庭一同前来,3%的参与者采取其他方式。参赛者参加目的中,最多的为第一次尝试山地马拉松,第二是积累参赛经验,第三是因为 2014 年该赛事口碑较好,尝试参加,因观光旅游来参加马拉松的最少。品牌美誉度的作用就是体现在“口碑效应上”^[3]。说明一项好的赛事,口碑很重要,既影响参赛者继续参赛,也吸引其他没有参赛的人前来。

在宁波山地马拉松赛的调查中,特别增加有关赛事比赛路线的调查。在“是否更改赛事路线”的意见统计中,42%的参赛者表示希望路线大致不变,少量微调,42%的参赛者希望每年都有大的变化,两者相当。4%的参与者希望最好不要变化,11%参与者认为是否变化对自己没有影响。总体来看,84%的参赛者能够接受赛事路线改变,如果加上无所谓的 11%,即 95%的参赛者倾向于赛道变化,只是微调或大调整的不同而已。对赛事组委会来说,这是个值得考虑的问题。

本届赛事在 4 月 25 日星期六举行,比赛当天天气晴朗,气温较高。赛后访谈中,不少选手建议比赛提前 2 周左右举行。比赛当天天气阴晴无法控制,但考虑到半程和全程山地马拉松赛事比平地比赛比赛耗时长 15%以上,较适宜的气温对参赛选手较为重要,对赛事控制风险也大有裨益。因此,组委会可以考虑按照历年的平均气温、赛事档期、山地赛事的特殊性(如山地赛需要洒药预防蛇出没赛道)、传统举办时间,在 4 月清明后的第一周举办赛事。

3.3 结果分析

对于学历和收入的调查结果显示,两项越野赛的参赛者学历多在大学专科及本科以上,收入各区间分布较为均匀。在两场赛事中,本地人及浙江省参赛者占绝大多数,其他省份参赛者多来自参赛地周边省份,如福建、上海、江苏等,这可能和举办地的交通状况有关,特别是高速公路和高铁的距离有关,开化县政府在衢州高铁站对参赛选手提供免费接站服务,做法比较人性化。调查显示,外地参与者大多均在本地住宿 1~2 晚,对当地的旅游服务有一定的拉动作用,这可能与免费赠送的旅游门票有一定关系。在参加马拉松比赛的参与方式上,与朋友或随俱乐部一起前来,这种方式比较常见。与俱乐部或家庭一同前来的参赛者,在赛事结束后,会选择在举办地周边游玩,较为有力地带动了当地旅游业的发展。在参加马拉松比赛的目的上,笔者认为吸引广大体育爱好者参与其中的重要原因在于赛道独特的自然风光,以及之前的参赛体验。调查结果显示,比赛线路在以后的举办中可做调整。在锻炼年限的调查结果上,可以看出超过三分之一的选手在最近一年内才开始有规律的锻炼,这部分人群缺乏经验,接下来的赛事应当加强在医疗保障方面的防护,避免新跑者发生意外情况。

调查问卷还设计了开放式的提问,即对赛事的意见和建议。总体上参赛选手对两地的越野赛持满意态度,不再赘述。存在的问题更应该引起关注且值得其他赛事借鉴。对开化国家公园越野赛的意见汇总中,反应的不少问题值得注意:赛道提示不清晰且赛道安全性较差;终点设计起



点过于拥挤;油菜花田较少(因前2天大雨打掉不少花朵,属于无法人为控制),使得跑步感受较差;志愿者服务赛事了解不足,服务不到位;信息更新及通知不及时,投诉及问题无人回复处理,到衢州约90 km的高铁火车站有接站服务,却无送站服务,等。

宁波山地马拉松参赛人员意见统计亦出现以下问题:赛道安排不合理,部分山地折返人群导致拥挤,赛道提示不清;山上补给点和运动饮料的补给少;赛道后期简单的救援药品少;天气热,降暑降温用品少;周边群众参与性不强;奖牌设计不够美观,无法体现地方特色,等。

对正在发展中的国内马拉松越野赛的各个组委会来说,这些意见应引起重视,并且加以落实和改进。

4 马拉松越野赛的发展对策

马拉松越野赛事是马拉松跑或路跑赛事的一种。它一般依据山地、河道等地理条件和自然风格设计路线,对举办有一定的环境依赖性,对参赛者有一定的挑战性。国内不少有条件的城市举办该类型赛事,也吸引了不少跑步爱好者。目前,北京、南京、杭州、宁波等城市都举办有特色的山地越野赛事。香港的100 km越野赛报名者众多,需要抽签确定参赛名额。通过对2015年浙江两项越野赛事的调查研究,未来越野赛事可以在以下若干方面进行关注。

4.1 赛事设置

由于马拉松越野赛涉及野外,赛道选择和路线设计的科学性、安全性显得尤为重要。越野赛有较为显著的爬坡高度,体能消耗大。如果赛事组委会定位在中、低难度的越野赛事,则应适当减少爬坡高度,降低全程难度,或设置难度不同的项目,如设置较低难度的体验组吸引越野跑初学者。对超过全程马拉松赛事的50 km、100 km等赛事,则需要设置参赛者的参赛门槛,如参赛经历、包括心脏彩超在内的体检报告,因为95%的马拉松比赛猝死和心脏疾病有关。一些山地路段,赛道指示要清晰明确,并加大赛道巡逻和对选手的口头提示。赛事应充分考虑季节天气因素,做好预判,充分考虑风景与气温之间的关系。临近夏季的赛事,则需要预防中暑,准备充足的解暑降温用品。在报名时,组委会可设置直通名额给具备急救知识和资格的参赛者,增加赛事安全保障。

4.2 比赛服务

越野赛的赛事服务较为驳杂,除了一般的马拉松赛事的服务,还有高山救援、蛇虫预防、垃圾捡拾等服务。赛事组委会应根据参赛人数配备相应的设备和人员,特别是AED(心脏除颤仪)和医务人员,如宁波山地马拉松配备了28台AED和80台对讲机。如果从时间维度分析,赛前应提供参赛者详尽的路线资料、天气咨询,提高参赛者自身安全意识;赛中应有通讯、医务、补给、计时等方面的协同工作;赛后要有一定的拉伸服务及休闲娱乐项目,给参赛者体验嘉年华的感受。志愿者的培训和服务工作尤其重要。志愿者在赛前应进行专业知识培训,在赛道志愿者分布上,增加有急救能力的志愿者安排于赛道后半段。在山地爬坡路段增加志愿者以及医疗物品,增加赛后志愿者服务及引导。

4.3 赛事开发

马拉松越野赛结合自然,亲近自然,给人更强的参赛体验和视觉冲击,激发参赛者更多的兴趣。同时,越野赛在电视转播方面是个短板。山区的电视器材假设和信号传输面临一定的困难。不过,在新媒体传播、照相服务等方面,越野赛反而有一定的优势。如以自然的山脉、湖泊、森林为背景的照片更漂亮。在互动方面,组委会可以充分利用媒体进行宣传赛事,突出赛事亮点,吸引周边地区群众参与体验。在市场开发方面,可以结合旅游景区、自然景观进行宣传,并设计体现举办地特色的赛事衍生产品,如赛事吉祥物玩偶、T恤、徽章、奖牌、大毛巾等以供人们收藏,增加赛事创收。以数量庞大的志愿者为例,可以设计独特志愿者服装,起到宣传赛事的作用。这样可以减少组委会的资金压力,从而促进越野赛跑良性持续发展。

5 小结

越野跑是与自然环境结合的一种路跑方式,浙江省的马拉松越野赛基于浙江省优越的地理条件,有极大的发展空间。当然,越野赛举办的安全保障压力也尤为巨大,因此赛事安全性和赛道科学性显得更为重要。通过对2015年浙江开化和宁波山地马拉松参赛者的调查研究发现,参赛者年龄较多在30~40岁;学历在大学专科及以上占大多数;收入各区间分布较为均匀。本地人及本省参赛者占绝大多数,附近的大城市的参赛者较多,如能改善一定的交通情况,如接站、送站等服务,并辅以一定的旅游优惠,对越野赛爱好者更有吸引力,且能延长选手滞留时间,拉动消费。参赛者较多以俱乐部、协会、朋友、家庭等“1+n”方式参赛,带动性比较强。不过参加比赛的选手锻炼年限较短、参赛经历较少,这对组委会是个挑战,应加强相关医疗保障方面的防护。参赛者对赛事的一些意见也值得参考,包括赛道安全性、补给、救护、服务等。

马拉松越野赛发展对策可从3个方面入手。赛事方面,可加强赛道规划、项目设置、赛事难度设计;考虑比赛日期及天气因素;加强医疗服务及救援力量。服务方面,尤其需要在信息提供、赛事服务、志愿者服务方面下功夫。在赛事开发方面,丰富媒体宣传及公关活动,可因地制宜,结合旅游、商贸,开发越野赛的衍生产品,从而增加组委会收入来源。

参考文献:

- [1] 吴燕丽.马拉松参赛者服务需求现状调查研究[J].重庆第二师范学院学报,2015(1):170-174.
- [2] 相振伟.我国大陆与台湾地区马拉松参与动机因素比较研究[J].电大理工,2014(12):81-82.
- [3] 张强,郑开.国际马拉松赛的品牌培育与发展研究[J].体育世界,2010,(7):19-20.
- [4] 杨世模.你也可以跑完马拉松[M].北京:北京科学技术出版社,2013:26-29.

(责任编辑:杨圣韬)