

中年人最爱长马,最快手速111秒报名

2022长沙马拉松预报名大数据告诉你:24000个“锦鲤”背后还有一串有趣的事



扫码看视频

“范进问我为什么要发疯,因为我中签!”近日,长马中签公布后,有跑友十分兴奋地“广而告之”。

2022长沙马拉松的脚步越来越近,24000名跑友将最终获得金秋跑长马的机会,记得抓紧时间缴费,才能正式完成报名。

预报名2022长沙马拉松赛的10万名跑友,覆盖了全国大多数城市,尽管彼此从未谋面,为了这份热爱相约长马。报名今年长马的跑友们都来自哪?哪个年龄段的人报名参与最积极?第一个和最后一个报名的分别是谁?

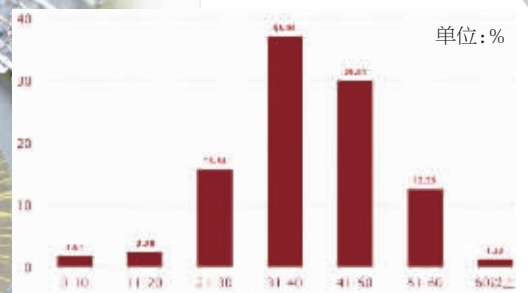
9月15日,三湘都市报记者从长马组委会获悉一份2022长沙马拉松预报名大数据报告。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 叶竹

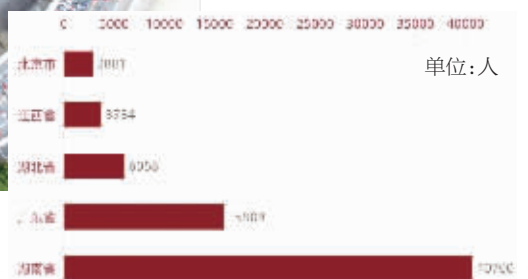


2019长沙国际马拉松赛,参赛选手途经长沙橘子洲大桥(资料图片)。 新华社 图

2022长沙马拉松报名选手年龄段分布



2022长沙马拉松报名大数据—省(市)TOP5



选手聚焦

数据公布

半马组别报名最多,男性跑友更积极

本届赛事分为全马、半马、欢乐跑个人组、欢乐跑家庭组4个组别。其中,报名半马组别的选手最多,占总报名人数48.51%;其次是报名全马的选手,占总报名人数40%;欢乐跑个人组、家庭组的报名占比分别为6.17%和5.32%。

从性别来看,报名2022长沙马拉松的男性跑友明显多过女性跑友,占比达到了73.12%。

长沙人报名创纪录,省外广东人最爱跑长马

作为一项在长沙举办的大型马拉松赛事,湖南省和长沙市报名人数轻松夺得相应组别人数之最。按省级划分来看:除湖南人外,广东人最爱跑长马,报名人数达到了15909人;报名人数位居前五的省份还有湖北省(6058人)、江西省(3734人)、北京市(2881人)。

从城市划分来看:除长沙人外,深圳人最爱跑长马,报名人数达到4846人;报名人数位居前五的城市还有广州市(4661人)、武汉市(3448人)、北京市(2881人)。

值得一提的是,今年长沙市的报名人数达到了创纪录的28296人,这足以说明了长沙市民对这一本土赛事的充分认可和支持!

2022长沙马拉松报名大数据(性别)



选手年龄分布广,中青年居多

报名2022长沙马拉松赛的人中,有36.94%的选手年龄在31至40岁之间;其次是41至50岁的选手,占比29.81%。跑步是青壮年人士最喜欢的一项运动,这个年龄段的跑友,生活渐渐步入平稳状态,跑步除了是一种爱好,更是一种健康的生活方式。

如同69岁的中国路跑圈“不老男神”李战哲一样,跑者从不为年龄所限,只要热爱,每个人都能站上马拉松赛场。从12岁开始晨跑至今,他已坚持跑步锻炼半个多世纪。

2013年至2015年,李战哲相继参加了东京、波士顿、芝加哥、纽约、柏林和伦敦六大世界顶级马拉松赛事并完赛,成为马拉松“大满贯”跑者——他也是中国第六位完成这一壮举的跑者。在今年8月举行的长沙马拉松发布会上,参加了四次长沙马拉松的李战哲也来到现场和跑友交流,并表示“长沙跑步的氛围浓厚,跑团活跃,热情非常高,十分期待本次赛事!”

他俩分别是第一个和最后一个报名

有一种缘分是10万名跑友不约而同地相继预报名跑长马。

8月18日上午10时,2022长沙马拉松报名正式启动,拼手速的时刻也随即开始。三湘都市报记者从赛事组委会了解到,当天上午10时01分51秒,2022长沙马拉松第1位报名成功者出现:来自广东省广州市的甄女士,用时111秒,报名全程马拉松。

9月4日下午5时,2022长沙马拉松报名通道正式关闭,来自云南省昆明市的许先生报名全程马拉松,在9月4日17时9分23秒完成报名。据悉,许先生在报名通道正式关闭前就已经进入报名系统,由于年纪稍大,在报名过程中花费的时间稍多。许先生通过联系组委会说明情况,完成了最终的报名,成为了今年马拉松最后一位预报名的跑友。

经验分享

长跑“小白”中签,如何顺利“上路”

几天前,长马公布中签结果,长沙市民、长跑“小白”东东和拥有5年跑龄的同事肖先生查询发现,报名半马项目中签,都十分开心。东东经常在健身房跑步,还未开启室外跑,对于两个月后就要到来的长跑考验,虽然有信心完赛,但对训练计划还是没底。

9月15日,面对前来“取经”的东东,肖先生耐心支招,“马拉松没有想象的那么恐怖,一般人只要稍加锻炼都能在规定的时间内跑完,只是完成时间有长有短。”今年,肖先生和妻子一同报名了长沙马拉松半程马拉松项目,夫妻俩双双中签。对于曾拿过半马完赛奖牌的他而言,这次想挑战更稳更快。

“对于大多数人来说,跑步的初始阶段并不能直接完成半程挑战,更多的是以短距离为主。五公里是新手最先要突破的,这也是我迈开的第一步。”肖先生今年47岁,常年晚班熬夜,为了调整身体状态,几年前开始尝试跑步。近两年来更是放弃开车,经常跑步上下班,“要想征服半程马拉松,首先要征服的长距离是10公里。很多时候,靠自己一个人很难完成第一个10公里,需要‘前辈’带带自己。在这之后,就可以向15公里发起冲击。顺利跑完15公里,基本上能够在规定时间内完成半马。”

“朋友有户外跑经验,可以带带我。”26岁的东东平均每周三天前往健身房锻炼,每次都会在跑步机上“刷”三四公里路程。“我觉得自己身体素质不错,一直处于坚持运动的状态,通过有规律的进阶训练,完赛对我而言应该不会太难。”对于没有参赛经验的东东,肖先生鼓励她认真备战,期待一同起跑。同时,也建议备一双好跑鞋、专业跑步袜、速干排汗的运动套装和一款运动手表。