全国纪录进入“206”时代 单场超3000人“破3”

中国马拉松驶上了快车道

3月24日进行的2024无锡马拉松赛上诞生了两个数字，令众多关注中国马拉松运动的人倍感振奋。何杰以2小时06分57秒的成绩再度改写男子马拉松全国纪录，带领中国马拉松进入“206”时代。此外，在参加锡马的22万余名全马选手中，共有3423人成绩在3小时以内，单场“破3”选手人数再创新高。

近两年的马拉松赛，国内高水平专业运动员接连刷新纪录的同时，大众跑者的竞技水平也在不断提高。中国马拉松成绩全面提升背后的原因涉及多个方面，但很多业内人士表示，高水平的科学训练和马拉松运动长期发展带来的厚积薄发，是助力中国马拉松提速的重要“动能”。

时间拨回到2023年3月，同样是在无锡马拉松赛，何杰跑出2小时07分30秒的成绩，打破了任龙云在2007年10月创造的男子马拉松全国纪录。同年12月，另一位中国选手杨绍辉又在福冈马拉松中将该纪录改写为2小时07分09秒。今年的锡马，何杰再度刷新全国纪录。短短一年时间，曾经5628天无人能够撼动的全国纪录三度被改写。

去年在锡马夺冠后，何杰说因为“练到了”。一年后他又说了同样的话。

就在今年无锡马拉松开赛前两天，何杰刚刚结束了两个多月的外训，从肯尼亚回到国内。据何杰的主管教练肖丽介绍，外训期间肖丽一直坚持让何杰进行科学化大运动量训练，月跑量超过了1000公里，并且很多时候都是配速每公里3分钟左右的高强度训练。这是何杰“练得最苦但也最系统的一个冬训”。

为了磨炼何杰比赛最后阶段的能力，外训期间肖丽要求何杰训练最后的10公里必须独立完成。有时候跑得实在太累，何杰提出希望有队友带一带，或者陪他一起跑，肖丽都会“狠心”拒绝。

正是这样从实战出发，从细节出发的艰苦训练，让何杰关键时刻能够咬紧牙关，顶住劲，实现赛前制订的目标。

除了科学刻苦的训练，国内高水平运动员之间的相互促进、良性竞争也是激励何杰、杨绍辉等人不断刷新个人最好成绩的动力。成绩上他们相互比拼、互为目标，比赛中他们交替领跑、相互协助。

从这种良性竞争中获益的远不止他们二人。从2023赛季至今，国内已有六人跑出了超越任龙云当年全国纪录的成绩，其中吴向东、丰配友都达到了巴黎奥运会参赛标准。选派哪三位最优秀的男子运动员参加巴黎奥运会成了中国马拉松“幸福的烦恼”。

2019年，无锡马拉松上共有740名选手闯入3小时大关，刷新当时国内单场赛事“破3”人数纪录。五年之后，同样是无锡马拉松赛，“破3”人数已达到3423人。据3月22日发布的《中国田径协会路跑工作报告》数据显示，2023年国内全程马拉松完赛成绩“破3”人数达到11897人。

上海体育大学新闻与传播学院副教授、中国田径协会路跑政策专项工作组专家陈国强说：“以前很多人跑步往往是自己闷头练，或者去网上查找训练教程，不仅成绩提升效果不明显，甚至可能因为训练不当导致伤病。如今由各类跑团、马拉松协会、社会化俱乐部等组成的跑步社团网络越发成熟完善，让更多跑友能够轻松找到‘组织’，在高水平跑友、专业教练带领下进行更加系统性、科学化的训练，成绩提升也更加明显。”

大众跑友对于科学跑步指导需求的提升，易居马拉松俱乐部负责人顾怡雯感受得更加直观真切。她表示，五六年前，为跑步训练服务买单的模式大部分人还是不太接受的。但是现在大家的观念也在慢慢转变，就像去健身房越来越多人愿意花钱请私教一样，很多跑者也愿意花钱去享受科学系统的训练服务。尤其是具备一定水平的大众跑者，成绩水平越高，想要进一步提升的难度越大，更需要借助专业系统的训练指导。

据介绍，易居马拉松俱乐部从2021年开始面向大众跑者招收会员，提供阶段性训练指导服务，目前俱乐部线上线下会员总数约300人，其中三分之一以上达到“破3”水平。俱乐部中的会员根据自身水平及接受训练指导内容不同，会员年费在1000元至3000元之间。

另外值得一提的是，国内持续扩大的马拉松消费市场以及大众跑者提升比赛成绩的需求也推动着鞋服用品、补给品等厂商加大研发投入，推出优质产品。以跑鞋为例，目前国内多家运动装备品牌都在深耕跑鞋市场，持续推出旨在提升运动表现的迭代产品。一些品牌还以签约代言的形式为优秀运动员甚至是知名非专业跑者提供赞助支持，为他们的训练参赛提供保障。

陈国强说，中国马拉松经过十多年的持续快速发展，跑友们参与健身锻炼的热情高涨，提升成绩的需求明显，加之民间跑步社团网络日趋成熟，赛事体系不断完善，已初步构建起一个良性发展的闭环，未来中国马拉松无论是专业竞技层面还是大众参与层面，依然将面临广阔的发展空间。 **据新华社**

3月24日，何杰在比赛中冲线。 新华社发

中国足球协会原主席陈戌源一审被判无期徒刑

据新华社武汉3月26日电 2024年3月26日上午，湖北省黄石市中级人民法院对中国足球协会原主席陈戌源受贿案一审公开宣判，对被告人陈戌源以受贿罪判处无期徒刑，剥夺政治权利终身，并处没收个人全部财产；对其受贿违法所得依法予以追缴，上缴国库。

经审理查明：2010年至2023年，被告人陈戌源先后利用担任上海国际港务（集团）股份有限公司总裁、董事长，中国足球协会换届筹备组组长，中国足球协会主席等职务上的便利以及职权、地位形成的便利条件，为相关单位和个人在项目承揽、投资经营、赛事安排等事项上提供帮助，非法收受他人给予的钱款共计折合人民币8103万余元，其中400万元未实际取得。

黄石市中级人民法院认为，被告人陈戌源的行为构成受贿罪，数额特别巨大。其在中国足协任职期间，为多个足球俱乐部和地方足协在赛事安排、联赛晋级、裁判判罚等事项上谋取不正当利益，严重破坏足球领域公平竞争秩序和行业生态环境，给国家足球事业造成严重损害；为他人谋取职务提拔、调整，具有酌定从重处罚情节。鉴于其受贿400万元系未遂；到案后如实供述自己罪行，主动交代监察机关尚未掌握的部分受贿犯罪事实；揭发他人犯罪行为，经查证属实，具有立功表现；认罪悔罪，积极退赃，受贿赃款已全部追缴，依法可以对其从轻处罚。法庭遂作出上述判决。

中国田径协会原主席于洪臣一审被判有期徒刑十三年

据新华社武汉3月26日电 2024年3月26日上午，湖北省黄石市中级人民法院对中国田径协会原主席于洪臣受贿案一审公开宣判，对被告人于洪臣以受贿罪判处有期徒刑十三年，并处罚金人民币二百万元；对其受贿违法所得依法予以追缴，上缴国库。

经审理查明：2010年至2023年，被告人于洪臣先后利用担任国家体育总局足球运动管理中心副主任，中超联赛有限责任公司董事长，中国足球协会副主席、党委书记，国家体育总局田径运动管理中心主任，中国田径协会副主席兼秘书长等职务上的便利以及职权、地位形成的便利条件，为相关单位和个人在公司经营、联赛晋级、职务竞聘等事项上提供帮助，非法收受他人给予的钱款共计折合人民币2254万余元，其中350万元未实际取得。

黄石市中级人民法院认为，被告人于洪臣的行为构成受贿罪，数额特别巨大。其利用职务便利为多个足球俱乐部在联赛保级、赛事活动、裁判判罚、球员转会等事项上谋取不正当利益，严重破坏足球领域公平竞争秩序和行业生态环境，给国家足球事业造成严重损害；为他人谋取职务提拔、调整，具有酌定从重处罚情节。鉴于其受贿350万元系未遂；到案后如实供述自己罪行，主动交代监察机关尚未掌握的大部分受贿犯罪事实；认罪悔罪，受贿赃款部分追缴，依法可以对其从轻处罚。法庭遂作出上述判决。

陈永亮、董铮、刘磊三案一审公开宣判

新华社武汉3月26日电 2024年3月26日上午，湖北省咸宁市咸安区人民法院、松滋市人民法院、嘉鱼县人民法院分别对中国足球协会原常务副秘书长兼国家队管理部部长陈永亮受贿、行贿案，中超联赛有限责任公司原总经理董铮受贿案和武汉全民健身中心原副主任刘磊受贿、行贿案一审公开宣判，对被告人陈永亮以受贿罪、行贿罪并罚，决定执行有期徒刑十四年，并处罚金人民币二百二十万元；对被告人董铮以受贿罪判处有期徒刑八年，并处罚金人民币二百万元；对被告人刘磊以受贿罪、行贿罪并罚，决定执行有期徒刑二年六个月，并处罚金人民币三十万元。对三被告人受贿违法所得均依法予以追缴，上缴国库。

分类广告
订版电话：8888315 13953667072
商务/房产/婚介/招聘 字画/酒水/礼品回收
潍坊幸福佳缘大型婚恋公司
红娘电话：8731886 微信：15689225798
男26家族企业28机关30军官34事业38老总
男40医生44机关57公务员60干部退65机关
女22文员26市机关28事业30个体34公务员
女38医院靓45开厂富50寻上门56企业老总
提示：请交易双方妥善查验对方相关有效手续及证件，本刊信息不作为承担法律责任的依据。