

五月二十三日凌晨 消防救援  
人员搜救失联人员。 新华社发



5月23日凌晨,救援人员在黄河石林景区内待命。 新华社发

## 关于越野跑 你应该知道的那些事儿

22日在甘肃省白银市举办的山地百公里越野赛上,发生了多名参赛选手伤亡的事件,体育赛事运营机构、跑步“发烧友”和专业救援人员等业内人士建议从赛事管控、赛前准备和紧急自救等方面充分准备,应对训练和比赛“雷区”。

### 赛事细节决定成败

在许多业内人士看来,紧张刺激的户外环境、不可预知的赛道情况、高手云集的户外跑团,都需在周密、严谨和科学的赛会组织下才相得益彰。

北京来跑吧体育文化发展有限公司赛事经理王毓介绍,相比马拉松赛事,越野赛危险系数更高。“户外的海拔、气候,甚至是线路变化,都在已知中蕴含未知的挑战。”

“赛事细节决定成败。”王毓说,在赛前,赛事运营机构会应与公安、气象等部门充分对接,获得天气预报、地理和气候资料。在赛前技术会议中,赛事运营商会与跑者分享赛道危险数据,并提示不同赛段风险点和注意事项。

比赛前,赛事运营机构和主办方还会不止一次对跑者进行强制装备检查。“包括头灯、救生哨、保温毯等装备,目的就是帮助跑者应对赛道上出现的突发状况。”王毓说。

中国应急管理学会体育赛事活动与安全工作委员会副主任委员李圣鑫表示,越野赛遭遇突发状况后,应尽快启动暂停或中止比赛预案。“在补给点之间,还应设立应急处置的帐篷,并配备相关人员和设施,作为临时避难场所。”

### “跑”百里者半九十

经过系统训练和循序渐进经验积累,跑者要参加长距离越野赛还需通过相应的报名门槛。“比如你报名百公里越野赛,需要有之前五十公里越野赛的完赛记录。”34岁的河北省承德市市民袁国增说,他已长跑近10年。

袁国增表示,他平时在长跑中就注意心肺功能、耐力和爬坡能力等方面的训练。“在参加长距离越野赛之前,我会通过官方数据和往届跑友的赛记,充分了解赛道情况。”

对一些特殊赛道、赛段,资深跑者也有相应的比赛策略。

袁国增介绍,如果是参加高海拔赛段比赛,或者冬季、雨季比赛,他和朋友们都会对比赛中可能出现小气候、大温差等情况充分预判,并进行准备。“保温毯、救生哨、弹性绷带、能量食品、水具、头灯、冲锋衣等组委会强制装备,绝不能忽视,我赛前还会根据自己的水平和赛道情况详细制作路书和比赛计划。”

### 户外安全要牢记

“在长距离越野赛事中,气温骤降会使人神情淡漠、剧烈颤抖、动作无法协调,甚至意识模糊。”甘肃蓝天救援队队长於若飞说,这些就是人体失温的表现。

在赛事现场参与救援工作的於若飞表示,在本次甘肃白银的比赛中,因极端天气突现,导致大量跑者失温。“外界太冷,而人体无法产生足够的热量抵御严寒,人的判断能力会迅速下降,在户外非常危险。”

於若飞表示,跑者赛前最好在越野背包里准备巧克力等高热量食物。“而且,用于救急的食物,要尽量做到能量高、重量小。饮用要根据自己的出汗量和赛段距离来确定,装水过多也会浪费体能。”

一百公里等超长距离比赛,比赛时间长,地域跨度大,不确定性高。袁国增、申震等建议,广大跑友和第一次参加长距离赛的跑友,最好选择经验丰富的队友结伴而行,并提前存好救援电话,遇有突发情况及时跟救援小组取得联系。

(据新华社兰州5月23日电 记者程楠 罗鑫)

### 仍有四大疑问待解

搜救虽已宣布结束,但此事件无疑难以画上句号。就目前公布的信息来看,公众仍有一些疑问待解。

——疑问一:天气预报为何未能有效发挥预警作用?

有参赛人员说,参赛前一天,天气很阴沉,于是便咨询当地人,对方说这里风一过就是晴天,所以便没有在意。景泰县气象局局长康永学介绍,为赛事提供了信息专报,曾作“大风蓝色预警”。

甘肃一著名户外俱乐部负责人宋明说,极端天气预测是大型体育赛事应对突发状况的前提之一,此次事件最大的失误是运营方没有对气象部门提供的预警做出正确预判。

——疑问二:赛道保障是否完备? 补给站设置是否合理?

有参赛人员回忆,过了第二个打卡点,风大得只能双手抓地,冻得浑身发僵,裹上保温毯也没用,直至晕厥失去意识。

此次越野赛活动对参赛者列了一个装备清单,冲锋衣等保暖装备,此次仅作为建议选项,而没有作为强制装备。北京体育大学体育休闲与旅游学院户外运动教研室主任布和认为,对于没有带相关装备的参赛者

来说,遭遇极端天气就会措手不及。按照预定计划,参赛者晚上才到达赛道补给站,最危险的地方又没有其他补给站,这是不合理的。

——疑问三:举办方叫停比赛是否及时?

记者采访的参赛者均表示,他们在失去意识或受伤前,并未接到举办方叫停比赛的通知。22日12时参赛人员在微信群里发布求救信息,14时举办方才叫停比赛。

中国应急管理学会体育赛事活动与安全工作委员会副主任委员兼秘书长李圣鑫说,与往常马拉松赛事不一样的地方是,此次马拉松越野赛更具有极限运动的特点。对于这类比赛遭遇特殊天气情况,应该有暂停或中止比赛的预案。

——疑问四:有无应急救援预案? 救援能力够不够?

李圣鑫说,极限运动项目的赛事安全管理与应急救援必须引起高度重视,有关部门必须加强对救援预案的赛前审查。宋明认为,从此次救援情况看,救援保障无法第一时间抵达,也是这次赛事造成严重后果的重要原因。

(新华社兰州5月23日电)

### 新华热评

## 一场惨剧,声声警钟!

一场马拉松赛,超过20名选手丧生,实属罕见,令人震惊。这场22日发生在甘肃省白银市景泰县的惨剧到底是天灾还是人祸,不断引发社会的关注和追问。

据了解,这场山地马拉松赛共有172人参加。悲剧发生在当天中午11时左右,直接原因是高海拔赛段

局地出现冰雹、冻雨、大风等灾害性天气,气温骤降,参赛者出现身体不适、失温等症状,部分参赛选手失联。

客观上来看,天气突变为重要诱因。然而,人们还是要追问:如此大规模的赛事,且非首届举办,天气预报为何未能发挥预警作用? 极端天气突发时,举办方叫停比赛是否及时? 在应对极端天气问题上,赛事组织方有无应急预案、预案是否有效执行? 这场赛事中不少参赛者来自低海拔地区,赛前有没有做相关的健康体检和适应性训练? 还有,运营赛事的企业是否资质完备? 这些追问应该成为防范类似事故的声声警钟。

事件发生后,当地政府虽然全力组织救援,但逝者的生命已经无法挽回,灾难性的后果已经酿成。人们惟希望,此次20多人的生命能换来一次全面彻底的事故调查,从而给山地马拉松等体育赛事安上一把“保险锁”,让热爱运动的生命安全地奔跑。

(新华社兰州5月23日电 记者张睿 崔翰超)

### 新华视点

## 一场户外越野赛事,超10%参赛人员遇难

22日9时,来自全国各地的172名越野跑运动员,踏上了在甘肃省白银市景泰县举办的黄河石林山地马拉松百公里越野赛征途。这段坡陡弯急、险峰林立的赛事,曾被中国田径协会授予“自然生态特色赛事”“中国马拉松铜牌赛事”。

然而,开跑仅3小时,“有几个人已经没意识,口吐白沫了”“速来救援”“CP2山顶”等消息,便在该赛事工作群中炸了锅。

白银市市长张旭晨介绍,当时百公里越野赛高海拔赛段20公里至31公里处(即24公里的CP2附近),突遭灾害天气,短时间内,局地突降冰雹、冻雨,并伴有大风,气温骤降。

13时30分左右,景泰县中泉镇胡麻水村村支书王钦林接到发生险情附近的常生村村支书通知后,迅速组织村民赶往支援。胡麻水村村民卢有铎等人,在救援途中发现3人冻死。穿着棉衣的村民,还未登顶,便已感觉寒冷,体感温度

在零摄氏度左右。

14时左右,已距求救信息发布后2小时,赛事组委会在派遣景区应急队伍抵达CP2山顶后,调取参赛人员GPS点位情况研判,才进行停赛处理。

18时左右,初步统计发现已接回139名参赛运动员,仍有33人失联。22时左右,10余人已确认遇难。

事故发生后,甘肃省委、省政府高度重视,启动应急预案。省政府主要负责同志带队赶往事发发现场,组织开展救援处置。随后,甘肃省委、省政府成立现场指挥部及7个工作组。

23日11时左右,指挥部已确认151人安全,但剩余21名参赛人员伤亡情况仍未明晰。经过2个多小时后,指挥部明确剩余21名参赛者中有16人遇难,5人失联。随后,遇难参赛者增加至20人。

23日9时许,最后一名遇难者遗体被找到。指挥部确认,遇难人数达到21人。

## 参赛人员回忆惊魂时刻

“砰”,22日9时发令枪响,李鹏程(化名)和其他跑友从起点出发,欢欣鼓舞,满面春风。谁知道,这场比赛,无人完赛。

参赛前一天,天阴风疾,第三次参赛的“老将”李鹏程想起了东北老家阴风之后必有暴雨的农谚。但看着这次赛程路线和补给点设置,在咨询过裁判和当地人之后,他并没有把天气放在心上。微风化为阵风,李鹏程说,他按着节奏调整着呼吸,迈步上路,心里还想着这次能拿第几名。

13时左右,李鹏程刚跑过CP2,突然大风伴随着雨点,扑面而来。李鹏程不得不双手牢牢抓住地面,不安在心中蔓延开来。寒冷,是他唯一的感知。一路相伴的许多跑友身上披着保温毯,有人瑟瑟缩缩躲在坡下避风,但薄薄的保温毯挡不住呼啸的狂风,稍不留神,便被大风吹散开来。

冷,好冷,眼看着就到了CP3,求生欲完全战胜了胜负心,李鹏程决定退赛。这是他最庆幸的决定。

想走出“鬼门关”难如登天。李鹏程只能和一名身穿白衣的男跑友抱着取暖。搀扶着走了不久,冻麻了的身体已开始失温,意识模糊的李鹏程半途晕厥。

挣扎着睁开双眼,李鹏程已经躺在病床上,打开手机,才知道有好几个跑友再也没能回来。

另一名参赛人员李健(化名)告诉记者,上山后很早的时间,海拔在1500到2300米左右,就在CP2到CP3爬升的时候,恶劣天气就很明显了,山上下起了冰雹、刮大风,天气反常得可怕,温度顶多三四摄氏度。

李健说,很多人直接被吹成了滚地葫芦,已经有选手开始退赛。最终,李健也选择了下山。



新华社发

# 一场越野赛为何变成夺命跑?

还原甘肃景泰山地马拉松越野赛惨剧经过