



民生关注

城市“上马”如何兼顾民生细节

本报记者 王雨婷

随着全民健身理念深入人心,跑步成为不少人健身的首选。作为跑步界的“顶流”之一,马拉松赛事的热度更是持续攀升。从2010年举办首场赛事起,马拉松已在宁夏“跑”了15年。5月18日,2025年宁夏银川马拉松赛将开跑,赛事设有马拉松、半程马拉松、欢乐跑3个项目,总参赛规模达2.8万人,较去年增加3000人。

因为比赛场地开放,参赛者众多,马拉松赛事不断考验着城市的管理水平、公共设施和重大赛事组织能力。城市举办马拉松赛事如何兼顾更多民生细节,真正为群众带来美好体验,将“流量”转化为“留量”?有待组织者认真思考。



2024年“银马”参与马拉松赛事的宁夏群众。本报记者 李宏亮 摄

那些关于马拉松的记忆

43岁的银川市民李晓霞告诉记者,今年是她参与马拉松赛事的第二年,她的马拉松之路起于一次常规体检。

2023年,李晓霞在单位组织的年度体检中发现,由于长期久坐,加上饮食油腻,她患上中度脂肪肝。医生建议,除控制饮食外,每周最好进行一定的有氧运动,李晓霞便选择了每天慢跑。随着习惯的养成,她发现自己爱上了跑步。去年5月,她得知银川马拉松即将开赛,便抱着试一试的心态报名参加了5公里的欢乐跑。

吹着初夏的微风,和几千人同时开跑,看着花博园跑道两侧郁郁葱葱的绿树,李晓霞心情大为畅快,从此,她就在马拉松的道路上“一路狂奔”。“对我来说,马拉松不仅是一项运动,更是一种生活态度。今年我的过敏性鼻炎好多了,还成功减肥十多斤,整个人都变得不一样了。”李晓霞笑着说。

被马拉松赛事点燃运动激情的,远不止李晓霞一人。近年来,随着大众健康观念的提升,马拉松这项几近“零门槛”的运动受到各个群体的欢迎:面临“中年危机”的职场人士,寻找消遣、强身健体方式的退休人群,都能在跑步中找到属于自己的快乐。许多跑者表示,参与马拉松比赛后,他们开始规律训练,逐渐养成了每天运动的习惯,身体状态和精神面貌都有了不小的改变。

今年23岁的马思琪爱上马拉松,是因为姐姐的引导。第一次参加“银马”半程马拉松比赛时,由于没有跑过这么远的距离,她多次萌生退意,还好姐姐在旁支持。“当跑到17公里时,我小腿开始抽筋,是姐姐把她的运动饮料塞给我,自己悄悄放慢配速陪跑,我才没有中途放弃。”伴随着姐姐的鼓励,马思琪坚持跑完全程,虽然没有拿到名次,但强烈的成就感与满足感让她与这项运动正式“结缘”。

“现在,参加马拉松比赛是我与家人彼此陪伴的方式,我们一起训练、互相打气支持,留下了很多美好回忆。”马思琪边说边展示手机相册,画面定格着姐妹俩手拉手跑步的场景、冲线后相拥的瞬间,见证了她们跑步时从气喘吁吁到谈笑风生的状态蜕变,也记录着动人的情感。

对很多跑者来说,马拉松就像一把钥匙,开启了通往快乐和健康的大门,也塑造了无数珍贵的记忆瞬间。李晓霞认为,作为一项承载着大众精神追求的运动赛事,马拉松比赛应不断优化赛事服务,提升参赛体验,将这份美好传递下去,持续照亮大众的健康生活之路,推动全民健身事业蓬勃发展。



相关链接

4月29日,2025宁夏银川马拉松赛举行新闻发布会。根据发布会内容,2025年“银马”比赛沿用2024年路线,起点统一为人民广场西街,马拉松终点同样设在人民广场西街,半程马拉松终点为花博园东门,欢乐跑终点为宁夏亲水体育中心。

本届“银马”首次应用了“人脸识别+无感安检”系统,通过分区检录计时芯片,大幅提高了选手在比赛前领取物资的体验,物资中不但包括高端葡萄酒,还新增了纯牛奶、肌肽等5类实用品。

5月15日至21日期间,参赛选手可享受市内57家景区首道免费门票或优惠福利,赛事还为马拉松选手定制了“贺兰山东麓生态游”“黄河金岸生态游”“红酒庄园体验游”三大主题的多条精品旅游线路,联合37家酒店打造跑者服务酒店联盟,并推出跑者延迟退房等优享项目。

他山之石

4月19日,北京亦庄半程马拉松暨人形机器人半程马拉松开跑,来自北京、上海、宁夏等地的20家机器人团队参赛,创造出高矮胖瘦各不相同的机器人选手与跑步爱好者在同一赛道上奔跑的奇特景象,引发网友关于“机器人马拉松”的热烈讨论。

3月2日,长安汽车重庆马拉松开跑。赛事开始前,AI机器人啦啦队在赛道旁进行了一场独特表演,活力四射的动作成为该次赛事的一大亮点,引得现场观众纷纷驻足拍照。

在马拉松赛事愈发活跃的当下,“千篇一律”“没有创新”成了部分群众的吐槽点。“好的马拉松赛事应该让人觉得好玩、有趣。”来自甘肃省兰州市的跑者赵磊评价。作为一名年轻的跨区域跑者,他对赛事带来的新鲜感有着高要求,“每次到其他地方参加比赛,看着沿途不一样的风景,都会特别激动,感觉脚步更有力量了。”于跑者而言,每场马拉松赛事都是一次新的旅途;于城市而言,如何借此机会,打造出属于自己的城市名片、留下足以称道的独特记忆,是值得思考的新挑战。

5月10日,2025年全国徒步联动日银川站暨马拉松赛道体验活动在银川市花博园拉开帷幄,超过2000名群众漫步在浓绿荫丛中,感受着运动带来的惬意。

银川市体育局相关负责人介绍,这次活动设置了10公里的体验赛道,让区内外马拉松爱好者能够提前“尝鲜”,体验“银马”的运动氛围和美好风景,“体验赛能激发群众对马拉松赛事的好奇心,吸引更多新人参与到这项运动中来。”

据悉,本次“银马”为每位参赛跑者准备了专属的葡萄酒品鉴礼盒,在赛道沿途的30个展演点中,设置9个葡萄酒主题氛围点,还有葡萄酒人偶、橡木桶造型等特色助威团队,让跑者能够充分感受浸润着葡萄酒香的独特城市风情。

自治区体育局相关负责人表示,近年来,宁夏持续探索“体育+葡萄酒”的赛事推广模式,推动形成全民健身氛围的同时,也向外打开了一扇宁夏展示自身特色的新窗口。

4月20日,银川市西夏区热闹非凡,2025宁夏贺兰山东麓葡萄酒产区半程马拉松路跑双季赛举行,赛事设置有半程马拉松和“醉美”酒庄跑两个项目,参赛选手近6200人,其中来自区外的参与者占比接近一半。

当日正值春日回暖之际,正在展藤的葡萄藤浸染着春日的绿意,与马拉松运动带来的蓬勃生命力互相交融,体现出独特的城市魅力。一位来自兰州的参赛选手兴奋地说,这次活动令他大开眼界,对宁夏的印象更加深刻:“我在展销区买了好几瓶葡萄酒,准备带回去和家人分享,还品尝了不少特色美食。”

赛事中设置的“六特”产品展销区,葡萄酒、枸杞、奶制品等特色农产品品类丰富,吸引着现场群众纷纷购买。酒庄和农业企业开展现场品鉴和直播带货,也让枸杞原浆、枸杞干果等特色产品走进更多人的视野之中。

“马拉松赛事要摆脱同质化,就要从城市文化方面下功夫,跑者用脚步感受宁夏的土地,用双眼捕捉宁夏的美景,这种沉浸式体验才是宁夏马拉松的独家记忆。”自治区体育局相关负责人说。

3

那些有辨识度的赛事名片

互动方式

18909599990
18909599991

nxrbdzlx@163.com



扫码进入宁夏日报读者来信微信公众号

这事儿帮您问了

电梯广告收益由谁享有

银川市市民李先生询问:我家小区电梯的电子屏上不断播放美容、健身、房地产内容的广告,这些广告收益应该归谁所有?

宁夏大远律师事务所律师周媛媛回复:其实这些广告并不是“免费”出现的,它们实际上在创造收益。民法典第282条规定:建设单位、物业服务企业或者其他管理人等利用业主的共有部分产生的收入,在扣除合理成本之后,属于业主共有。小区开发商或物业管理企业本着物尽其用的原则,在不影响业主权益的基础上,可以对小区的业主共有部分,像车位、电梯间等加以利用,增加收益。如果物业服务机构将这部分收益作为经营收益据为己有,则侵害了全体业主的权利。如果业主发现物业侵占公共收益的情况,应首先与物业协商解决,如协商不成,可通过业主委员会或向相关行政部门投诉,维护自身合法权益。(跑腿记者 马忠)

医保个人账户会清零吗

银川市西夏区居民刘先生询问:职工医保个人账户的钱,是否归个人所有,会不会被清零?

西夏区医疗保障局回复:职工医保卡里的本金和利息,归参保人个人所有,参保人可以结转使用和继承,除政策规定外,不得提取到个人的银行账户里。另外,职工医保个人账户积累的资金,也就是个人账户现有的余额不会被清零,往年结余和当年划入的资金,到了当年年底没有使用完的,自动结转到下一年度继续使用。所以提醒大家要理性看病就医,不用担心医保个人账户的资金被清零,而去囤购药品。(跑腿记者 周昕)

脱离平台交易买家不付款怎么办

银川市市民王女士询问:我在某二手交易平台发布了产品出售信息后,有买家通过平台联系我,随后我们加了微信好友并达成了买卖协议。但当我把货物寄给买家后,他以“需要使用一段时间验货”为由拒不支付货款。我该怎么办?

西夏区人民法院回复:《中华人民共和国民法典》第469条、第491条规定,当事人通过微信等即时通讯工具达成买卖合意,且内容明确具体,应视为合同成立并生效。王女士和买方虽然脱离二手交易平台完成后续交易,但双方通过微信约定货款金额、发货方式等关键信息,意思表示真实,达成买卖合意,形成了合法有效的买卖合同关系,王女士可依据微信聊天记录、物流发货凭证及收货确认记录等证据,向法院起诉,请求买家支付货款。(跑腿记者 张适清)

图说百象



这样采摘,树很受伤

近日,在银川市金凤区鸿曦悦海湾小区西门前的绿化带里,部分市民为了采摘槐花,将槐树的枝条扯断,这种不文明行为让大树很受伤。

(本报记者 周昕 摄)

以案说法

盗刷同事微信被判刑

本报记者 杨超

随着移动支付的普及,微信等支付平台在日常生活场景中扮演着越来越重要的角色,但支付便利的同时,也需警惕“身边人”可能带来的财产安全隐患。近日,石嘴山市惠农区人民法院办理了一起熟人盗刷微信账户案件,也敲响了支付安全的警钟。

吴某素与同在一家餐厅工作,往来密切。后吴某在工作期间偷窥掌握了焦某的微信支付密码,便以“需要使用手机拍摄菜品上传”为由拿到焦某手机,暗中将自己的银行卡绑定至焦某微信账户。2024年11月13日至26日期间,吴某先后8次通过微信转账方式盗取资金,每次转账2000元,共计1.6万元。为掩盖罪行,吴某每次转账后都会立即删除双方手机上的转账记录。直至2024年11月28日,焦某家属查看银行账户时才发现异常并报警。

经检察机关审查,吴某以非法占有

为目的,秘密窃取他人财物,数额较大,所盗该款被吴某挥霍一空,其行为已构成盗窃罪。惠农区人民法院依法对吴某提起公诉,法院以盗窃罪判处吴某有期徒刑1年,缓刑2年,并处罚金5000元。

惠农区人民法院检察官表示,刑法规定,盗窃公私财物,数额较大的,或者多次盗窃、入户盗窃、携带凶器盗窃、扒窃的,处3年以下有期徒刑、拘役或者管制,并处或者单处罚金;数额巨大或者有其他严重情节的,处3年以上10年以下有期徒刑,并处罚金;数额特别巨大或者有其他特别严重情节的,处10年以上有期徒刑或者无期徒刑,并处罚金或者没收财产。同时,盗取微信内的财物也属于盗窃罪。

检察官提醒广大市民,要定期修改支付密码,避免在他人面前操作支付;手机不外借或必须借出时,要全程监督;定期查看账户流水,发现异常及时报警。

父母离婚,子女继承权如何分配?

本报记者 马忠

离婚后的抚养权归属是否会影响子女的继承权?继承权会不会因父母离婚而消除?近日,青銅峡市司法局青銅峡司法所成功化解一起因离异老人未立遗嘱引发的继承权纠纷。

4月6日,青銅峡市青銅峡鎮廣武村七旬老人楊某某突發疾病离世。老人留下兩處房產:一處是中宁县县城一套房屋,另一处是广武村宅基地上的老宅。杨某某与妻子陈某某于2008年因夫妻感情破裂离婚,育有长女大杨、次女二杨以及儿子小杨,离婚时小杨被判处由母亲陈某某抚养。因杨某某生前没有留下遗嘱,也没有对遗产作出安排,两个女儿认为小杨在父母离婚时判给了母亲,因此无权继承父亲的遗产,由此导致纠纷,双方来到青銅峡司法所申請調解。

青銅峡司法所所长盖圆圆首先向杨家3个子女解释了相关法律条文:

“民法典中关于法定继承的第一顺序包括配偶、子女和父母。这里的子女涵盖婚生子女、非婚生子女、养子女以及有抚养关系的继子女。小杨在父母离婚时判给了母亲,但小杨仍然是杨某某的法定继承人,有权继承遗产,法律上子女的继承权并不因离婚后的抚养权归属而丧失。根据民法典相关分配原则,同一顺序继承人一般均等分配,但协商一致可以不均等,所以3个子女的遗产分配权是均等的。”盖圆圆向双方讲解民法典关于继承权相关规定,消除两个女儿的误解,推动双方理性协商,弱化对立情绪,最后平衡各方利益,给出调解方案。

遗产分割不应割裂亲情,最终经过调解,杨某某的长女继承了中宁县县城房屋,儿子继承农村老宅,次女自愿放弃以上两处房屋的继承权,姐弟三人签订了调解协议并和解。

男子遇“开门杀”受伤 获赔15.61万元

本报记者 张适清

下车开门时与他人发生碰撞,该谁担责?近日,银川市西夏区人民法院对一起因“开门杀”导致的机动车交通事故责任纠纷作出判决,受伤的男子小袁获赔15.61万元。

2024年5月,银川市市民小王驾车搭载朋友小李行驶至某路段转弯后停车,小李打开副驾驶车门时,与骑行电动自行车的小袁相撞,造成小袁受伤、车辆受损。经交警部门认定,小王与小李共同承担事故全部责任,小袁没有责任。小袁被诊断为多处骨折,经鉴定构成十级伤残,随后,其将小王、小李及保险公司诉至法院,索赔医疗费等损失18.21万元。

法院审理认为,车辆驾驶员和乘客在下车前均有确保周围通行安全的法定义务。小王作为驾驶员,对车辆行驶及停靠全程有控制权,应承担对乘客的安全提醒义务,但其未

提醒;而小李下车时也未尽观察注意义务,猛然开启车门。“小王的未尽提醒义务与小李的疏忽行为,在事故发生过程中相互关联、共同作用,二人构成共同侵权,需共同承担事故全部责任。”承办法官说,交通事故赔偿遵循“先保险赔付,后侵权人担责”的原则,赔偿先由保险公司在交强险限额内承担,不足部分由侵权人负责。因此,根据相关法律规定和事故责任认定,判决保险公司赔偿小袁12.51万元,小王和小李连带赔偿余款3.1万元。

法官表示,“开门杀”事故往往因一时疏忽而引发严重后果,轻则面临民事赔偿责任,重则涉及刑事责任,驾驶员停车时务必要严格遵守交通法规,观察周边环境并提醒乘客。乘客下车前也要仔细观察,确认安全后再开门。