

2025·9·1 星期一

新闻热线 15004520099

乐龄龙江非洲鼓艺术团

参与5年 为哈马增添气氛

哈马当日,城市仿佛成了欢乐的海洋,在赛场起点附近,除了有赶来为跑者加油鼓劲儿的市民,还有各色舞蹈艺术团体。随着起跑鸣枪,大家被场外整齐清脆的鼓点声吸引,原来是黑龙江省老干部大学乐龄龙江非洲鼓艺术团的叔叔阿姨在表演。

现场,他们穿着缀满亮片的服饰,一百多人的队伍排得整整齐齐,鼓槌落下的瞬间,不仅敲出了有力的节奏,更把满满的气氛推向了高潮。“我们都参加五届

哈马啦!”成员张阿姨挥着鼓槌,格外有精神头。

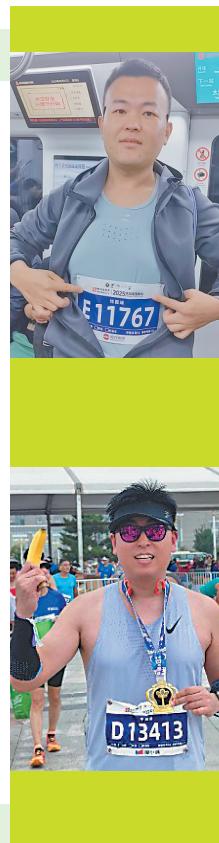
旁边的李大爷也表示:“我们为今年哈马的表演准备了很长时间,特意编排了新的音乐和舞蹈内容,展现冰城人的精气神。以前哈尔滨冬天热闹,现在四季旅游都火爆。希望哈尔滨举办丰富多彩的活动,发展越来越好!”

说话间,比赛进入高潮,叔叔阿姨们也进入状态,扬起手跟着节奏摆动身体,阳光洒在他们身上,格外精神。



marathon

大连跑者钱国瑞:

哈尔滨人真好
有机会还来

8月31日的哈尔滨,因一场马拉松而格外热闹。街道旁,手持小旗的观众早已排起长队。记者在地铁碰到了来自大连的跑者钱国瑞,他正仔细将号码布别在胸前,准备去现场参赛。

“我是第一次来哈尔滨,早就听说哈马的赛道美,能沿着松花江跑,还能穿过老城区,这哪是比赛,分明是用脚步认识一座城啊。这次中签感觉太幸运了!”钱国瑞说。

谈到对哈尔滨的感受,他说哈尔滨人的热情和好客,真是把他感动到心坎里了。刚下火车拖着行李箱去酒店时,一位路边卖烤红肠的阿姨见他拿着哈马赛事指南,主动上前指路,还塞给他一根刚烤好的热乎红肠,“小伙子,吃完跑步有劲儿!”

他乘坐出租车,司机听说他是外地选手,一路介绍沿途的建筑,像极了招待远道而来的朋友。“这里的人太暖心了,有空一定再来哈尔滨,带着朋友逛逛这座有温度的城市。”钱国瑞说。

国企职工于润泽

从跑步“小白”到哈马选手

8月31日清晨,哈尔滨马拉松发令枪响,哈尔滨国企职工于润泽,终于站上了他梦寐以求的哈马赛道。

2024年4月1日,他在哈尔滨劳动公园喘着大气、心率飙到182,咬牙完成了人生第一个5公里。从那天起,这个曾经跑一天两天的“小白”,一步步跑向了自己心中的星辰大海。5公里、10公里、半马……他月跑量从不到100公里涨到200以

上。为了备战哈马,他在四场半马中连续刷新个人最好成绩,从昆明2小时03分,一路拼到吉林1小时44分。

而今天,他不再为成绩奔跑。“参赛包特别丰富,志愿者也很贴心,不愧是哈尔滨的骄傲!”走进马博会那一刻,他就被家乡这场金标赛事的热情包围。他说,哈马是他“一定要跑的主场”,是这份执念推着他从松花江边跑向更远的远方。

冰城姑娘曲冰

通过跑步找到自信与快乐

“作为哈尔滨人,能在家门口跑马拉松太幸福了!”8月31日,哈尔滨马拉松赛前,本地跑者曲冰激动地说。这位曾经不自信的姑娘,通过跑步找到全新的自己。

2024年3月,哈尔滨还天寒地冻,曲冰就开始晨跑。“那时候零下十几度,得穿羽绒。”很多人问她是不是为了减肥,她

笑着说,“其实是为了找点有意义的事做。”

“原来跑步这么解压。”更让她惊喜的是,跑步让她变得自信开朗,“2025年加入速跑者跑团后,我遇到了一群可爱的人,他们带着我一起进步。”在她看来,跑步是个自我治愈的过程,“每次跑步都在充电,会释怀很多事情,重新热爱

这个世界。”她还带动身边人一起运动。

对于哈马,曲冰说:“沿着友谊西路奔跑,享受松花江畔的清新气息,欣赏欧式建筑,用脚步丈量家乡的美,这就是我最想做的事。”

本版稿件由实习生肖雪 邵莹
生活报记者张立 仲亮 文/摄



金牌装饰

承接家庭装修、办公场所
装修、家装、工装整屋家具定
制;承接同行二手单柜体定制;
工厂一站式服务→设计→加工
→安装。

橱柜门、衣柜门定制加工
(种类有PVC吸塑、PET、高光
木板等);免漆板材加工定制柜
体材料与环保等级自选。
工厂没有样板展厅,欢迎参
观选购。

定制热线
18904515815
15846048899

工厂地址:哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路502号,金福来家具有限公司

生活报中缝广告
受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼103室
刊登 84681180
15004697804
电话 13613600156

本版所刊登商务信息不作为提供双方交易的法律依据,请客户自行斟酌,谨慎交易!

2025·9·1 星期一 新闻热线 18604505999

马迭尔巨型水吧成半马打卡点

生活报讯(记者牛婷婷 李楠文/摄)8月31日,2025哈尔滨马拉松火热开跑,记者在半马终点拉伸区看到,不少完赛跑友排队领取冰爽的马迭尔冰棍。来自北京的跑友张先生告诉记者,他一天吃两根马迭尔冰棍都吃不够。

赛事服务方面,马迭尔在半程及全程终点特别设置品牌体验区,为完赛选手免费提供经典马迭尔冰棍与马迭尔老汽水,让来自全球的跑者在酣畅淋漓的奔跑后,第一时间品尝到“藏在时光里的老味道”。

本届赛事最引人注目的焦点,莫过于位于半马赛道终点的6米高

的“马迭尔老汽水”巨型水吧。这座造型复古新潮的巨型装置不仅是功能性的补水站,更成了赛道的标志性景观。参赛者可以在此处免费品尝马迭尔老汽水,清爽解渴的老汽水不仅为跑者补充了能量,更成为传递哈尔滨城市情怀的独特载体,让每一位参赛者都品尝到“尔滨”藏在时光里的老味道。

记者在现场看到,很多跑友被巨型水吧吸引,纷纷排队免费畅饮。刚刚上市的马迭尔老汽水和马迭尔咖啡味气泡水。51岁本地市民路先生喝了一口马迭尔老汽水后兴奋地告诉记者:“对味儿,就是小时候喝的大白梨的味道。”跑友们纷纷摆出各种造型,或举起马迭尔老汽水和老汽水造型的水吧合影,或举起自己的完赛奖牌与朋友合照,满满都是喜悦。

据了解,马迭尔食品股份有限公司作为官方支持商,此次赛事提供了总计40000支马迭尔雪糕作为“完赛礼”。其中,半程马拉松和全程马拉松终点处各设

置了20000支,以确保每

一位参赛选手都能即刻享受到马迭尔这

份甜蜜的浪漫。



哈尔滨地铁

运力“满格”护出行

生活报讯(记者仲亮)8月31日,哈尔滨马拉松鸣枪开跑。哈尔滨地铁集团从运营调度、服务升级、安全防控等维度精准施策,为哈马赛事注入强劲动能。

哈尔滨地铁打破常规运营时间,将8月31日线网首班车提前至5:00,为赛事出行预留充足缓冲;高峰时段精准压缩行车间隔,2号线以5分10秒高效穿梭,1、3号线以5分30秒平稳衔接,平峰时段统一6分58秒有序运行;更预留10列热备车随时待命,客流高峰可快速缩短间隔至4分钟左右。

8月28日至31日,参赛者凭号码布,志愿者、裁判及工作人员凭相关证件可免费乘地铁。各站点开设“哈马专用绿色通道”,世茂大道站4号口、体育公园站3号口等公交接驳点无缝衔接。

爱心妈妈环保家庭跑团
千名参与者传递环保与爱心



生活报讯(记者刘维娜 图片由市妇联提供)8月31日,2025哈尔滨马拉松热力开跑,由哈尔滨市妇联创新发起的“爱心妈妈环保家庭”跑团同步温情启幕。该跑团召集到1000名爱心妈妈及环保家庭人员,为赛事注入公益新活力。

跑团成员在沉浸式感受哈马万人同跑热烈氛围的同时,化身“绿色

守护者”,参与赛道卫生清理工作——随手捡起纸屑、塑料瓶,维护赛道周边整洁。此次跑团以“环保同行,爱心接力”为核心宗旨,承载双重温暖意义。一方面,爱心妈妈带领家庭成员参与,将环保教育融入亲子互动;另一方面,爱心妈妈陪伴帮扶的困境儿童共同奔跑,让困境儿童在赛事中感受关爱,收获自信与快乐。

冰城交警

多举措护航哈马

生活报讯(记者何秀丽)8月31日,哈尔滨市公安局交管部门以智慧赋能、高效执行、温情服务的交通保障,为哈马筑牢安全防线。

赛事筹备阶段,交管部门对赛事途经道路及周边路网开展系统性排查,科学划定核心管理区、外围疏导区和应急通道,优化交通标志标线、增设隔离防护设施、升级交通诱导系统等。

赛事期间,交管部门依据赛事流程,分步骤、分时段对核心赛道及周边道路实施临时交通管理措施,有序引导社会车辆提前分流。赛事当天,交管部门全员上岗,在全程沿线设置490余处执勤点位、部署200余名交警



隋欣 摄

冰城公安

空中、地面双重守护哈马



佑与隐患排查,赛事期间组织巡特警支队构建“空中防控+地面守护”双线发力的安保格局。空中,无人机反制小组依托全流章程控体系,坚决杜绝“黑飞”“乱飞”;地面,采用“闸口式”人墙队形分批次开放行驶,武装处突组动态巡航,立体化防控体系高效运转。

“加油,坚持住!跟我一起调整呼吸,咱们慢慢跑。”在30公里处的“极限墙”,多名选手出现体力不支的情况,身着醒目赛服的警跑团民警一边奔跑,一边向身旁的跑者鼓劲儿。据介绍,来自全国29个省区市多个系统的840名警务人员组成“警察赛中赛”方阵,成为赛道上的“平安风景线”。哈尔滨市公安局赛前开展多轮风险评估。