

街跑嘉年華融入盂蘭節

全港首個街跑嘉年華「香港跑道節2016」將於八月十三至廿一號，活動一連九日在中西區及中環海濱舉行，除了九個不同主題的跑步活動，更設有嘉年華會、工作坊、博覽會及音樂會等，料可吸引兩萬人參加，當中六成為免費活動，本月二十號開始接受報名。主辦團體表示，街跑活動既可鼓勵市民運動，亦可認識社區，農曆七月十四雖為傳統「鬼門大開」之日，團體亦特別舉辦「盂蘭跑」，讓參加者在中西區棺材舖及義莊墓地較多的跑道上穿梭，趁機反思生死。

一系列街跑活動針對不同對象，先由「中環街後跑」揭開序幕，沿途跑經中環街市及蘭桂坊等地標，串連本土歷史及飲食文化。其他活動則會以「營養」、「派對」及「HAPPY HOUR」等為主題，跑手完成賽事後可嘗美酒，並享受音樂派對，每個活動有幾百個名額。

設「長者孖嘍」「傷健共融」賽事

以生死為主題的「盂蘭跑」，就擇正農曆七月十四，即新曆八月十六日晚上七時舉行，沿途跑經中西區猛鬼勝地、東華義莊及醫院墓地等，參加者可藉此反思生死，並以跑步的正能量擊走恐懼。針對青少年的「敢動尊嚴」，則融匯街跑及音樂會，盼青年人正視自身價值。要向高難度挑戰，亦可以選擇「傻豬馬拉松」，參加者將圍繞維港跑完四十幾公里的全馬路線。

跑道節的閉幕跑就設有長者孖嘍、傷健共融及街跑少年組，路線介乎三至五公里，共提供一萬個參賽名額，參賽費用介乎三百五十至七百港元不等。去年曾在四十五分鐘內、完成三公里跑的八十八歲梁婆婆，今年將再接再厲，她已邀請兒孫一同參賽：「幾十歲人仲可以跑三公里，好難得。」梁婆婆十幾年來都有練習緩步跑：「叻就跑下抖下，跑動下骨頭先至實淨」。香港傷健共融網絡亦派出近百名盲聾人士，取諧音組成「猛龍隊」參加閉幕跑，總幹事莫儉榮稱，傷健人士可以透過街跑鍛煉意志，重建自信及積極的人生觀。

主辦單位「全城街馬」，過去三年在全港多區舉行跑步活動，行政總裁梁百行希望帶領參加者跑入社區，認識本土文化之餘，同時向不同年齡層的人，傳達樂觀進取及永不放棄的馬拉松精神，由點到面為社會帶來正面改變。