

# 初识马拉松：从筹备到起跑的志愿之旅

作为第一次参与马拉松志愿服务的我，回想起整个经历，仍然觉得兴奋而充实。赛事筹备阶段，是整个志愿体验的开端。我们需要提前熟悉赛道布局、补给点设置以及选手可能遇到的紧急情况。每一个细节都需要提前预演，从物资分配到安全保障，每一步都不容忽视。

在筹备过程中，我深刻感受到团队协作的重要性。志愿者们来自不同背景，但为了同一个目标——确保赛事顺利进行，我们必须学会倾听、沟通与互助。记得有一次物资运输中出现了遗漏，我们临时重新调配人员和物资，最终按时完成任务。这让我明白，临场应变和团队默契同样重要。

赛事当天的现场服务更是充满挑战。早晨的寒风中，我们在补给站准备水和能量饮料。看到选手经过时，我用力挥手喊加油，心中充满了激励和责任感。有的选手体力透支，我们迅速协助他们补水、联系医疗，确保他们安全继续比赛。那一刻，我深刻体会到志愿者不仅是服务者，更是赛事顺利进行的重要一环。

通过这次经历，我不仅学到了组织协调、应急处理等技能，更感受到了参与大型活动的成就感。马拉松不仅是选手的挑战，也是志愿者奉献与热爱的舞台。我意识到，每一个微小的帮助都是赛事顺利进行的重要力量。

回顾整个志愿服务的过程，我深深体会到，参与马拉松志愿服务不仅是一种经历，更是一种成长。从筹备到现场，从团队协作到应急应对，每一个瞬间都让人铭记。奉献和热爱，让这段经历成为我心中宝贵的记忆。