

湘马十年鸣枪，1.5万跑友“逐浪”湘江

三赛合一，近三成跑友来自省外 全城总动员，护航跑友体验



4月20日7时30分，战马2025湘江半程马拉松赛暨第四届长株潭融城半程马拉松赛鸣枪开跑，跑友们沿着湘江奔跑，经过杜甫江阁、恰同学少年广场等长沙地标。

组委会供图



当奔跑的步伐，澎湃的心潮和湘江的水浪同频，“与湘江奔跑”，已然成为跑友们心中每年一度的“春日之约”。4月20日7时30分，战马2025湘江半程马拉松赛暨第四届长株潭融城半程马拉松赛鸣枪开跑，来自全国32个省份及9个国家的15000名跑友从贺龙体育场南广场出发，经过劳动西路，沿湘江畔竞逐，用脚步领略山水洲城的人文和风光，以奔跑共赴湘马十年之约。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 叶竹

三赛合一，赛道氛围组“上分”

本届赛事设半程马拉松(21.0975公里)、融城欢乐跑(约6.6公里)两个项目，赛事起点位于贺龙体育场南广场，欢乐跑和半马终点分别位于恰同学少年广场、湖南省地质博物馆南门。经过紧张激烈的角逐，最终长沙选手谭奇以1小时10分17秒的成绩，继去年之后，再次获得半程马拉松男子组冠军，汪阳昕、甘顺江分列二三位。益阳籍选手张红以1小时26分24秒的成绩获得半程马拉松女子组冠军，叶亦心、张妮获得亚军和季军。

“我是湘马的忠实跑者，这几年我一直坚持参加湘马，感觉赛事的服务越来越好，赛道的氛围也非常好。希望全国各地的跑友都来长沙打卡，来跑我们的湘马。”谭奇赛后表示，“赛道旁的观众都在加油，氛围非常好，让人感觉非常激情。”

值得一提的是，除了常规的竞赛、志愿、医疗等方面的服务和保障，组委会还在赛道沿线设置了17个氛围点，每个点位组织了数十名专业表演队员，表演内容包括汉服展示、文艺军鼓、街舞等，和赛道两旁自发来为跑友加油的群众一起，为赛事增添了一抹欢乐色彩。

自2016年创办以来，湘马线上线下累计参与人数超40万人次。今年是湘江半程马拉松赛(以下简称“湘马”)十周年，已通过中国田径协会A2类赛事认证，参赛规模增至15000人，其中近三成跑友来自省外，参赛人数最多的为江西、广东两省，来自长株潭的跑友近六成。今年赛事与第四届长株潭融城半程马拉松赛、长沙市第十一届运动会长跑比赛(成年组一县市区类)三赛合一同举办，赛事的规模、影响力和参与度进一步提高，拉开了2025年长沙打造体

育赛事集中城市的序幕。

为跑友解锁长沙消费优惠福利

本次赛事由中国田径协会认证，湖南省体育局、长沙市人民政府主办，长沙市体育局、长沙市天心区人民政府承办。赛事期间，长沙市体育局、长沙市商务局联合全市各食品、餐饮、酒店、景区企业，持续发布包含酒店预订、饮食选择、城市观光等多项优惠政策，推动“体育+产业”“体育+文旅”融合发展，解锁文旅消费“留量”新密码：全市148家餐饮门店发放价值1116万元消费优惠福利，29家酒店推出“跑友特惠房”，多个景区推出门票优惠……参赛者凭号码簿，即可解锁各种福利，深度感受长沙的烟火气。

作为本次赛事的承办方之一，天心区充分发挥文旅消费资源优势，在半马终点开展了2025长沙市天心区汽车消费节暨长株潭融城汽车世界汽车博览会，为商家、参赛者、市民群众搭建展示互动平台。现场设有多处打卡点，包括快闪表演、啤酒品鉴，以及剪纸、面塑、掐丝珐琅等十余个非遗项目现场展示体验，跑友及市民可以沉浸式感受一场时尚与非遗的融合、文化和商业的“聚会”。



扫码看视频

风雨十八载，青春再出发

2025湖南(春季)百公里收官

三湘都市报4月20日讯

4月20日，2025湖南(春季)百公里毅行活动圆满收官。近万名毅行者风雨无阻，徒步穿越长株潭三城，最终抵达株洲。

本次活动由共青团湖南省委、湖南省体育局、湖南日报报业集团联合主办，以“我们，十八”为主题，吸引了来自全国15个省区市的近万名参与者。本次活动中，毅行者从长沙洋湖国家湿地公园白鹭广场出发，沿湘江行至半程终点湘潭万楼景区，并于湘潭市全民健身服务中心休整一晚，次日抵达株洲体育中心。

有人第16次参赛

据悉，湖南百公里活动是中国起步最早的万人规模毅行活动，也是全国最大规模的青春毅行活动。

“这是我第16次参加百公里毅行，我儿子是第2次。”毅行者徐先生介绍，他是一名日语老师，自10多年前第一次参加湖南百公里后，几乎从不缺席。他每次参加完百公里毅行活动，就感觉像是给自己充了一次电。“先把自己体内的废能量全部释放完，然后再充满，整个身体都有一种上了一个层次的感觉。”

“走到湘潭半程那会儿，孩子们的腿都开始抗议了，可转念一想，既然都出发了，咬咬牙也得把全程走完。”4月20日，彭女士与丈夫携手三个孩子，成功抵达终点——株洲市体育中心，然而，他们原本只打算挑战半程。虽然彭女士此前已挑战过湖南百公里，但这一次的特别之处在于全家五口一同披挂上阵。“一路上，累得感觉灵魂都要出窍了，可全家人相互扶持、彼此打气，一起熬过那些崩溃时刻的画面，比终点奖牌更珍贵！”

“身体健康的话，还是多参加这样的活动，挺有意义的。”来自攸县的刘硕是第二次参加湖南百公里毅行，平时就喜欢爬山、跑步等户外运动的她，这次不仅自己报名参赛，还叫上了自己的两个好姐妹。

“05后”成了主力军

记者注意到，在本次湖南百公里毅行的队伍中，绝大多数是湖南在校大学生，“05后”成为了主力军。

“明年就要离校了，想在湖南多留下一点印记。”来自湖南铁路科技职业技术学院的毅行者肖彦宏说，百公里毅行对他来说就是一项竞技运动，能参加一次也是他人生的一个小目标，因此他特意赶在大学毕业前完成这个目标。这次他和班上共5名同学都报名参赛了。

像肖彦宏一样想在毕业前在湖南留下深刻印记的外省大学生还有唐劭博和刘娇。“来都来了，肯定要走完全程！”4月19日，唐劭博甩着湿透的刘海笑道，这是他首次挑战百公里毅行，原本打算当志愿者做后勤，结果热血上头直接报名参赛了。

“青春，就是用来挑战自己的。”4月20日，谭媛跨越长株潭三城，第一次完成百公里毅行。4月18日，谭媛下课后冒雨赶火车从衡阳来到长沙参赛。要知道，平时她只是偶尔会爬个山、打羽毛球，而参加这样的毅行活动还是头一次。湖南司法警官职业学院的王韵和谢玲玲，则有着不同的毅行经历。她们此前当过两次湖南百公里活动的志愿者，今年，她们相约报名参赛，挑战全程。

■文/视频 全媒体记者 胡锐 谢佳燊 通讯员 龙羽茜