兰格格2025乌兰察布马拉松

双向奔赴 一场全民健身与城市发展的

□本报记者 张丽娟

乌兰察布的夏天是凉爽的，平均气温18.8℃让众多南方城市艳羡；乌兰察布的夏天也是火热的，一场汇聚国内外万名选手的马拉松为这座宜居宜业的城市掀起一股澎湃“热浪”。这“热浪”是乌兰察布张开双臂拥抱八方来客的炽热情怀，更是全民健身热潮在草原大地上的激情绽放。

6月22日7时30分，随着发令笛声划破长空，兰格格2025乌兰察布马拉松在位于集宁区的市体育场激情开跑。

这场马拉松是城市的盛大嘉年华，搭建起文旅交流合作的广阔平台，为乌兰察布高质量发展汇聚澎湃人气、商机与活力；这场马拉松如同一支饱蘸山水墨汁的巨笔，将乌兰察布城市文脉与时代脉搏徐徐铺展在奔跑者的脚下，谱写一曲全民健身与城市发展同频共振的动人乐章。

作为一项全民参与的健身运动，兰格格2025乌兰察布马拉松精心设计了贯穿城市文脉的赛道布局，从市博物馆到三羊开泰城市地标，从市科技馆到会展中心，选手在42.195公里的征程中，既能感受霸王河湿地公园的生态之美，又能领略城市地标的人文底蕴。

早在兰格格2025乌兰察布马拉松筹备之初，乌兰察布就敏锐地抓住了展现城市魅力这一机遇，积极探索文旅体商融合发展模式，借助赛事宣传、马拉松博览会和体育旅游嘉年华等形式，全面展示乌兰察布丰富的旅游资源和产业优势，大赛以“歌游内蒙古，跟着赛事去旅行”为主题，旨在用一场“绿色马拉松”“生态马拉松”展现出“奋进的乌兰察布，向幸福更进一步”的新时代城市风采，以此推动文旅体全方位深度融合，激发城市活力，助力未来发展。

赛事组委会创新推出“赛事+文旅”整合模式，沿途配套设置非遗展示、音乐加油站等环节，在补给、文化展示等方面融入乌兰察布特色元素，全面展示乌兰察布得天独厚的自然风光和深厚的历史文化底蕴。

“没想到来乌兰察布参加马拉松，眼睛和嘴巴都享受了一番。”来自呼和浩特的参赛者郑华在竞技之余，品尝到了酸奶、燕麦、薯条等乌兰察布特色美食。

据了解，乌兰察布还同步推出“地质奇观之旅”“文化漫游之旅”“生态休闲之旅”3条旅游线路，邀请参赛者及观看比赛的游客游火山、吃美食、憩民宿、嗨玩乌兰察布，让大家乘兴而来、尽兴而归。同时，推出全方位优惠政策，在购物餐饮、住宿出行、旅游景区等方面均享受福利，参赛者凭借参赛凭证，可享受门票减免、消费折扣等优惠，以更低成本感受乌兰察布的风光与人文。

这种“以赛促旅、以体兴业”的办赛思路成效显著。赛事期间全市酒店、民宿入住率明显攀升，重点景区游客量逐日增加，真正实现了赛事的澎湃“流量”，转化为城市发展的持久“留量”。在不断丰富文体旅融合的新业态下，乌兰察布以更加昂扬的姿态，奏响全市体育引领城市能级跃升的崭新乐章。

对于一座城市来说，马拉松不仅是一场比赛，更像是一个燃点，点燃全民运动的高热激情。

本次赛道以市体育场西侧红绿灯斑马线为起点，市博物馆前公交站牌立柱为终点，贯穿集宁区察哈尔大街与霸王河湿地公园，生态绿色的赛道以及沿途变幻的风景成为此次马拉松赛事的一个亮点。

在霸王河湿地公园内，蜿蜒于绿茵与河水之间的健身步道，早已是乌兰察布人深入骨髓的动感印记。春赏绿、夏享荫、秋观叶、冬踏雪，这里沿途的风光日日如画、季季不同，无论晨曦初露还是华灯初上，无论是炎炎夏日还是凛冽寒冬，步道上矫健的身影从未间断，跑步、健身、骑行的人群络绎不绝，这道流动不息的城市风景线也在无声见证着运动爱好者的坚持。

从“动起来”到“跑起来”，时尚健康的马拉松态度已在乌兰察布日渐成风。

在参赛队伍中，79岁的白发老人与4岁的稚童同场竞技，来自15个国家的22名国际选手与我国参赛者并肩奔跑，共同诠释着全民健身的深刻内涵。

“以前觉得马拉松离自己很遥远，但总听周围的朋友们热议‘乌马’，我也被这股热情感染了。”早在今年年初，兰格格2025乌兰察布马拉松确定开跑日期时，市民杨女士就报了名，给自己定了个小目标，跑完3公里健康跑。

从“旁观者”变为“参与者”，一场马拉松让越来越多的市民换上跑鞋沉醉于奔跑带来的多巴胺释放和挑战自我的独特魅力。赛事已不仅仅是一场竞技，更如同一股强劲的引擎，驱动着全民健身热潮，将整座城市的运动氛围推向前所未有的高度。

虽然赛事已经结束，但杨女士现在每天清晨都习惯跑上几圈，感觉整个人都更有精神了。像她这样因兰格格2025乌兰察布马拉松而爱上跑步的市民，在乌兰察布随处可见。

如果留意，你会发现近年来乌兰察布的公园、广场、社区的核心区域都出现了一条色彩亮丽的“红步道”，这抹鲜艳的红，不仅是一个方向，更点燃了全民运动的热情。为满足市民日益增长的多元化、高品质健身需求，乌兰察布持续发力完善全民健身设施：集宁区的白泉山公园、察右前旗的南村健康步道、商都县的湿地公园……体育设施不断更新改造，新增健身器材、打造健身场所、改建球类场地，将原本的休闲空间，精心升级为集运动、休闲、社交于一体的热门全民健身打卡地。

如今，漫步在乌兰察布的各大公园、广场甚至街角绿地，“体育”与“全民健身”的元素已如毛细血管般悄无声息却深刻地注入城市的每个角落，触手可及。

记者手记

一场马拉松，展现的不仅是体育精神，更是一座城市的精气神。当白发老人与稚龄孩童同场奔跑，当专业选手与业余爱好者相互鼓励，当运动成为生活习惯，当健康融入城市基因，乌兰察布马拉松已经超越了单纯的体育赛事，成为展示城市形象、凝聚发展合力的重要平台。

这场全民健身与城市发展的双向奔赴启示我们：全民健身是美好生活的基石，而一座追求卓越的城市，永远在路上。

（本版照片由本报记者王俊平 周卫兵 实习记者 张可心摄）

霸王河湿地公园里的运动身影