

浙江首场乡村马拉松开跑 跑进古韵兰溪 遇见最美春天

□本报记者 张泽涵

3月20日上午,兰溪乡村马拉松鸣枪开跑,被称为今年浙江首场乡村马拉松。今年报名选手达到7000人次,比去年多了2000人。报名选手中,除了兰溪本地市民,还有来自金华市区、义乌、东阳和周边省市的长跑爱好者,更有来自肯尼亚、坦桑尼亚、埃塞俄比亚等地的38名海外选手。

这是兰溪第二年举办乡村马拉松赛,半程马拉松的线路与去年基本一致,仍然是展示兰芝风情线。兰溪市体育局局长郑益新介绍,和去年兰溪首次举办马拉松相比,今年有了不少亮点:第一是参赛总人数更多,比赛影响力进一步提高;第二是比赛时间提前至三月中下旬,有利于参赛选手观赏赛道旁的美丽景色;第三则是赛道沿途环境营造的更具特色,融入了更多的文化元素。

身与心的享受 五彩缤纷的兰马带你领略不一样的风景

如果非要用一种颜色去形容“兰马”,那么,它应该是彩色的。如果说杭马的赛道迷人在它的风光旖旎,厦马的赛道迷人在它的海滨风情,那么兰溪马拉松迷人在于它的“乡土”与“古朴”。

春天的兰溪,充满着鸟语花香。黄色的油菜花,粉红色的桃花,雪白色的萝卜花,翠绿的树林,再加上参赛选手们荧光橙的服饰点缀,脑海中不由自主地呈现出一副色彩斑斓的春色画卷。为了让选手们能够在如此美妙的画卷中奔跑,今年组委会特地根据花期时间提前组织赛事,把去年错过的

风景,今年统统补回来!

来自兰溪本地的俞泳欢是一名跑步爱好者,参加过大大小小好几场马拉松,说起各地马拉松的区别,俞泳欢还是对家乡情有独钟:“我们兰溪马拉松和城市马拉松很不一样,虽然赛道情况比较复杂,但是沿途风景很美,乡亲们很热情,空气很清新,跑累了还可以看看油菜花,全程跑下来非常愉悦身心,一点也不觉得累。”

跑友们除了可以沿途欣赏漫山遍野、布满田畈的桃花油菜花的田园美景,还可以领略沿途村落一处处白墙

黑瓦,绿水萦绕的古韵风情。

兰溪马拉松赛20多公里赛程,途径姚村、三峰殿、下包村等精品特色古村落,比赛终点和颁奖现场则设置了有着“江南丽江”美誉的芝堰村。走进芝堰,就如同走进了如画风景。粉墙黛瓦,倒影涟漪,令人陶醉不已。村中各户水道相连,汨汨清泉从门前潺潺流过,层楼叠院与湖光山色交相辉映。在比赛结束后,不少参赛选手选择走进村子,在古村的青石板路上放松疲惫的双腿,在幽静的古建筑间感受历史,领略古朴的文化。

一天卖出几万块水米糕 小比赛掀起经济大热潮

2015年兰芝风情线年游客接待量近20万,比2014年增长了40%,兰溪马拉松的作用功不可没。兰溪马拉松把数千人的参赛选手和更为庞大的工作人员、志愿者、拉拉队亲友团带进了乡村。如此庞大的人流量不仅带来了人气,也给这里的村民们带来了意外的惊喜。

水米糕是芝堰特产,据悉,去年马拉松比赛的半天时间里,水米糕便销售了五万多份。村支书告诉记者:“今年具体数据还没有统计,但是肯定比去年多!去年我们根本都来不及做,今年我们做好了充分的准备。”按照水米糕一份十元钱的销售价格,仅一天,

就给百姓带去了五十多万元收入。当然,兰溪马拉松带来的经济效益并不仅仅是米糕销量的猛增。去年举办马拉松以后,兰芝风情线的知名度得到了很大的提高,沿途的村落掀起了一股农家乐的热潮。

据芝堰村村书记陈宝昌介绍,目前芝堰村有饭店5家,民宿8家,绝大多数都是兰芝风情线建成之后兴起的。而这其中的4家,是在马拉松之后开张大吉的。除了芝堰村,马拉松后的兰芝风情线上,在姚村、上包村、三峰殿口村等地,都涌现了一批以农家乐为特色的风味饭店,大家都想在这场乡村旅游经济战中分一杯羹。

品牌赛事精品化 乡村马拉松将成为兰溪金名片

今年的兰溪马拉松,明显看到了用心包装的“痕迹”——沿途扎制的稻草人和经典卡通人物形象;每隔几个村便锣鼓喧天的腰鼓队和舞龙队;特色村庄搭建的农家展示区域;村民自发组织的啦啦队和制作的加油横幅……沿途的这些成为一个个绝佳的摄影景点,参赛选手中更有一边跑步一边拿着自拍杆与这些景点合影。

兰溪市副市长吴丽亚向记者介绍:“今年我们兰溪马拉松在体育竞技

的基础上更多地融入了文化和旅游的概念。兰溪有非常丰富的历史文化底蕴,我们希望选手们在跑步的同时能感受到兰溪的美丽风景和深厚人文内涵。”

虽然今年的比赛才刚刚结束,但是吴丽亚表示,明年的赛事筹划,从5月便要开始。“今年我们兰溪的马拉松办得非常成功,明年我们会在今年的一些尝试基础上更加深入。譬如沿途的白墙我们准备做一些创意涂鸦,把沿途的油菜花地连成一片,做一些创

意造型。还有将稻草人的数量提高到一个,造型则广泛征求意见让跑步爱好者们根据自己的创意来扎制……”

跑步越来越专业,线路越建越美丽,旅游越唱越响亮,兰溪争取要将这项赛事打造成为全省乃至全国最具乡村特色的马拉松赛事。

今后,说起兰溪,人们脑海中浮现的不是印象里那个繁华的“小上海”,而是漫山遍野的野花与古朴村落相得益彰的兰溪马拉松。



都说浙江的跑友很幸福,2015年,浙江大大小小的路跑赛事全年超过了120场,高居全国榜首。而2016年,浙江马拉松热非但没冷却,反而还在持续升温中……继马拉松系列赛之后,浙江跑友又有了新的选择——“美丽乡村系列路跑(马拉松)赛”。上周末在兰溪开跑的乡村马拉松比赛也让浙江市民冬眠了三个月的身心得到了彻底的释放。

不少没赶上兰溪比赛的跑友看着别人在朋友圈晒着“跑步心得”,心中不免有些遗憾。别担心,这个全新的马拉松系列赛2016年已经确定了10站,接下来天台乡村马拉松将在本周末开跑,此后还有安吉、宁海、建德、舟山、遂昌、台州、庆元、海宁等,都将出现在这个系列赛的赛事日历上,从今年3月开始一直到年底,而全年整个系列赛人数规模预计将达到3万人。

乡村马拉松,看赛事名字就知道和普通的马拉松不一样。在乡村里跑步又需要注意点什么呢?浙江跑团的知名跑步达人林逸为跑友们支了几招。

林逸表示,乡村系列赛都是在景点或者风情小镇进行,比赛项目难度不高,最高只设半程马拉松,还有小马拉松、迷你马拉松等,因此更像是一次休闲旅游。路程虽不长,可是在跑步的过程中也不能草草了事,毕竟这是一场马拉松比赛。林逸提醒跑者,舒适的跑步装备最重要,尤其是鞋子底不能太薄,因为乡村路上总会有些泥泞路,太薄的鞋底爬坡的时候费力。

在运动服推荐上,林逸说:“女孩子不要为了好看就穿短裤,乡村道路不仅蚊虫多,而且很多杂草容易割伤皮肤,还是最好穿长裤。”除此之外,防晒霜和防蚊虫的药水是必不可少的。早些年,林逸参加苏州马拉松时胃痛,最后成绩并不理想,事后回想起原因,他觉得可能是水土不服导致吃饭不消化,从此之后他到哪里参加马拉松都带着达喜和吗丁啉,防止这样的事情再发生。

“和一般专业的马拉松赛事相比,乡村马拉松更具有趣味性,还能去比赛当地游览一下,更适合周末带着家人一起去体验一把运动的快乐。”下周,林逸也会带着妻子一起去安吉参加比赛,体验安吉的春意盎然。

□本报记者 沈梦雪

乡村马拉松不仅是跑步更是放松心情享受
乡村马拉松重在放松心情