上周末，马拉松、越野赛、登山赛轮番上演！

3月14日-15日，浙江多地马拉松、越野赛、登山轮番上演，众多户外爱好者们共赴灿烂春光。

@去跑步

赛事专设“人才跑” 8000名跑者竞逐龙湾

3月15日，2026温州龙湾半程马拉松在温州奥体中心开跑。8000名跑者在“龙抬头，跑龙马”的昂扬口号中，用脚步丈量龙湾的科创热土与生态画卷。本届赛事不仅是一场体育盛会，更以其鲜明的人才主题和破圈效应，成为龙湾深化“体育+人才+产业”融合、打造长三角人才集聚高地的生动注脚。

今年的龙湾半马，最引人瞩目的标签莫过于“人才”。赛事专设人才跑项目，吸引了1227名海内外高层次人才参赛，较2025年的90余人暴增超过13倍。其中，温州市外人才占比高达60.7%，省外人才占比45%；硕博学历、副高级职称以上人才占比69%，龙湾区外参与者达98%。

浙江星曜半导体的副总经理王亮便是其中一员，他道出了众多人才的心声：“跑步和科技创新一样，都是朝着目标扎实迈步的自我较量。”赛事期间，龙湾为高层次人才提供了免抽签、免报名费、免费住宿等全链条专属礼遇。从贴有“人才专属”浅黄色号码布、定制“小龙人”吉祥物的身份彰显，到赛道旁“人才加油站”的加油助威，再到赛后举办的人才交流沙龙，每一个细节都传递着这座城市“尊才爱才”的诚意。

“科研和马拉松都是自己与自己的对话，这份精神共鸣让我们看到了‘体育+人才’的可能。”龙湾区体育事业发展中心主任张建表示，精准对接科创平台、定向邀约高层次人才，让稀缺的直通名额成为龙湾引才聚才的鲜明标识，也让赛事流量有效转化为人才留量。首次参赛的朱闰对赛道赞不绝口：“温州跑道的风景很美，沿途有科创地标也有生态绿道，跑起来心旷神怡。”她口中的这条赛道，串联起温州奥体中心、中国眼谷、瑶溪风景名胜区等科创地标与生态景观，正是跑友们口中的“浙南最美PB赛道”。

赛道沿途设置的超过20个特色“鼓动站”，联合各街道组建的助威队伍，化身为行进式的城市加油舞台，让跑者在挑战自我的同时，深切感受到龙湾的城市活力。

（通讯员 李如婷）

@去登山

庆元这场派对 让福建人连连称赞

3月14日，“马跃新春步步高”越野庆元2026年新春登高赛暨浙南闽北登山赛在庆元开跑，吸引了来自县内外近400名健身爱好者参与，选手们在春日山野间，以脚步丈量庆元的生态美景，在登高望远中共赴春光。

随着发令枪响，参赛选手们从孔庙广场起点奔涌而出，沿着全程6.6公里、累计爬升约430米的赛道奋力攀登。赛道以游步道为主，不仅途经陡坡、窄路等多样路段，极具挑战性，更巧妙串联起水上公园、咏归桥、石龙山游步道等庆元自然盛景与人文地标，将春日庆元的山野灵气与廊桥韵味融为一体。赛道上，来自浙南闽北各地的选手结伴而行，矫健的身影在绿意初绽的山林间穿梭，成为春日里一道流动的风景线。

人群中，今年62岁的参赛选手吴宽明笑着说：“平时经常参加路跑活动，这次6.6公里的赛程对我来说就是小菜一碟，稳稳拿捏。登高不仅能锻炼身体，还能讨个‘步步高升’的好彩头。”他的这份从容与自信，感染了身边许多人，也生动诠释了全民健身不分年龄、热爱运动无关岁月的真谛。

经过一番激烈角逐，来自福建松溪的选手周来旺凭借出色的体能和耐力，斩获男子组冠军。冲过终点线后，他难掩心中喜悦：“我专程从松溪过来，拿了第一名特别开心，赛道沿途的风景也十分优美。庆元的山水和人文都很有魅力，如果明年还办，我一定还会再来，争取再创好成绩！”

颁奖仪式上，主办方为所有完赛选手颁发了精美的纪念奖牌与具有庆元特色的纪念品。选手们手捧奖牌，红润的脸上洋溢着的喜悦，纷纷在背景板前合影留念，定格下这“步步高升”的难忘瞬间。相关负责人表示，赛事以群众喜闻乐见的运动形式，既传承了登高祈福的传统民俗，也搭建起了浙南闽北健身爱好者交流互动的平台，进一步推动全民健身与文旅融合发展，让选手们在运动中感受庆元的生态之美与人文底蕴。

（通讯员 王 京）

@去越野

越野越热爱 户外精英畅游普陀山海

3月14日，随着一声枪响，越野东海——2026舟山普陀海岛越野赛（下称“越野东海”）在东港莲花洋广场开跑。参加TDH50K（53.3公里）的国内外越野爱好者迎着朝阳，率先踏上赛道。

今年的赛道设计独具匠心，充分依托普陀登山健身步道资源，串联山脊、海岸、古村等特色景致，选手们可在山海间挑战自我极限。三个组别的起终点均设在东港莲花洋广场，参与人数达4000余人。

“我们是第一次来普陀参加越野赛，觉得海岛风格的比赛非常吸引人。”来自内蒙古的选手贾磊兴奋地分享。他和几位越野跑爱好者组成“内蒙古IT跑团越野跑小分队”，为这次比赛专门训练了一个月。“这是我们今年参加的第一场越野赛，希望大家都能顺利完赛，加油！”在TDH50K组别起跑前，贾磊与队友击掌鼓劲，气氛热烈。来自英国的Alexander Greenwood在得知赛事信息后，和妻子专程从上海赶来：“我平时大多跑马拉松，这次想挑战一下越野赛。能一边跑步一边看海，感觉非常幸福。”

在第一个大平岗计时检查站，随着太阳升高，气温逐渐上升，但清爽的海风和干燥的路况，让比赛节奏显得顺畅了不少。“感觉很好，这是我第一次参加家乡的越野赛事。”CDH20K组别选手刘勤经过计时点时兴奋地表示，“赛道设计合理，医疗保障也很到位，整体体验非常棒。”

“‘越野东海’自2018年创办以来，已成为普陀首个参赛规模超千人的越野跑赛事。今年的‘越野东海’更是黄金联赛中国系列赛2026年首站赛事，汇聚国内众多越野精英，让大家感受普陀山海之美。”普陀区文广旅体局相关负责人表示，“希望通过赛事展现普陀绿道的秀美风光，并以独特的‘海岛探索赛事’IP为核心，推动文旅体产业深度融合，将越野赛打造为具有全国影响力的特色体育旅游产品。”

（通讯员 高 原 王祖达 陈冬立）