

山林逐风行 古脉承新韵

编者按:5月17日,从良渚古城到天姥山麓再到云和梯田,三场户外赛事同日启动。万余名运动爱好者穿林越岭、踏溪登峰,用热爱挑战自我,让运动的韵脚回荡在青山绿水之间。



5000人毅行丈量五千年文明

本报记者 易龙吟

5月17日,良渚5000+艺术生活集·良渚文明探索步道毅行活动举行,近5000名“毅行者”相聚杭州良渚古城,在实证中华五千多年文明史的圣地,以徒步丈量遗址山水,用行走传承文明根脉,呈现一场全民健康盛宴。

本次毅行设置7公里亲子休闲线、23公里山地挑战线两条特色线路,兼顾全民参与与深度体验,形成全年龄段、多层次的健行体验格局。

7公里亲子休闲线全程平坦舒适,串联陆城门、南城墙、莫角山宫

殿、反山王陵等良渚古城核心地标;23公里山地挑战线赛道串联古城遗址、苕溪绿道、瑶山祭坛、东山等景观,将山林野趣与世界遗产深度融合。“毅行者”一路穿行于遗址与自然之间,真正实现“一步一文明、一路一盛景”,沉浸式读懂良渚古城的规划智慧与文明高度。

活动创新推出了良渚古城护照沉浸式打卡活动,“毅行者”通过轻量互动完成打卡,加盖良渚文化专属印章,以“集章”形式串联文明脉络。

当地还打造生长力市集,50+特色摊位集中亮相,涵盖轻餐饮、良渚文创、非遗手作、丰富农产品、VR互动体验等多元内容。非遗代表性传承人、良渚文化社教专员现场教学,周边村民携本土好物参展,让“毅行者”在完赛后一站式感受良渚文化魅力与乡村共富成果。

4000人纵情梯田之乡

5月17日,第四届云和100超级越野赛在丽水云和落下帷幕,4000余名全国各地越野爱好者齐聚梯田之乡,在山水人文间纵情奔跑,共同上演了一场兼具竞技魅力与文旅风情的越野盛宴。

本届赛事为期两天,共设童话组100公里、云海组66公里、山风组45公里、水雾组20公里、城市组21公里五大组别,难度覆盖大众休闲、进阶体验、专业极限多个层次,满足不同水平户外爱好者的参赛需求。其中城市组依托浮云绿道串联城市滨水风光,参与门槛低、群众基础广;100公里长距离组别累计爬升达5323米,赛道串联梯田核心区及十余座畲

族古村落,将千年梯田农耕文明、畲乡人文、古道历史与原生态山野风光融为一体,赛道遵循“最小干预自然”理念,山野路段占比高,风光与挑战并存。

首日比赛,城市组21公里男子组冠军韩辉率先冲过终点线,身着参赛服的他难掩激动。“没想到我最后500米冲刺实现了反超,成功拿下第一。这次的赛道顺溪而上,沿途的山水风光特别美。”韩辉说道。

随后,女子组冠军叶红燕顺利冲线,作为土生土长的云和人,这位资深跑步爱好者脸上满是惊喜与自豪。“这次参赛的全国各地高手很多,能拿到冠军真的很意外。赛道风景

绝美,欢迎全国各地的跑友都来我们美丽的云和比赛、游玩。”叶红燕说。

赛后,不少选手表示,慕名奔赴云和梯田而来,在比赛中尽享自然之美。“一步一景、空气清新,畲乡村落烟火气浓,既能挑战自我,又能沉浸式感受千年农耕文化,体验十分难忘。”一位来自江苏的选手对赛道连连点赞。

云和持续深耕“体育+文旅+乡村振兴”模式,依托赛事流量带动梯田景区、沿线民宿和农家乐、农特产品等发展,切实将赛事人气转化为乡村振兴活力。

(通讯员 杜雯婷 林 静)

1900人竞速唐诗古道

5月17日,2026第三届“逐梦天姥”越野挑战赛40km组别率先开跑,选手们如潮水般冲出起点,踏古道、越山岭,在青山叠翠的新昌县天姥山赛道上奋勇向前,上演了一场热血沸腾、活力满满的山野运动盛会。

此次赛事设有40公里、20公里、10公里三大组别,共吸引全国各地1900余名越野爱好者前来参赛。赛道贯穿浙东唐诗之路核心区域,串联霞客古道、青云梯、沃洲湖等多处特色景点,山路陡坡接连不断,林间步道清幽雅致,自然风光与人文古韵相融,让选手在比拼实力之余,饱览一路大好山色。长距离的40公里赛事最是考验心性与体能,经过激烈角逐,最终李武杨拿下男子组冠军,李亚美登顶女子组榜首。夺冠后的李武杨直言:“在天姥山拿下冠军,是我最特别最难忘的一段经历。”

20公里组和10公里组分别在上午7时与7时30分鸣枪开跑,其中20公里组别参赛人数最多,一众实力派选手同台较量,赛场角逐异常火热。最终,刘军拿下男子组冠军,常苗苗摘得女子组第一名。常苗苗谈起沿途风景满心惬意:“金银台一带山下的风景格外秀美,一路上还有溪水潺潺相伴,一边跑一边欣赏这些风光实在是一种享受。”20公里男子组亚军梅宣则坦言:“明年我还会再来挑战。”

相较专业竞速赛道,10公里赛程轻松亲民,不少青少年选手和亲子家庭踊跃参与,成为赛道上暖心十足的风景区。家长俞恩第一次带着孩子一同参赛,互动感十足的体验让他感慨亲子之间的距离更近了:“能手把手教孩子把控跑步速度,学习途中补给技巧,我和孩子都乐在其中。”

据了解,本届赛事是新昌县连续第三年举办的品牌越野赛事。今年赛事全新升级,引入智能机器人编队现场暖场,为传统山野赛事增添科技新意。赛道沿途补给充足,终点还摆满新昌本地特色美食,让参赛选手尽享赛事乐趣。

(通讯员 施俞堞 徐 鹏)

