

跑咸马 看过来

沿途美景让你望而“快”步

●记者 杜培清

2026 金盛兰咸宁马拉松迎来办赛十周年,这场融合竞技体育与城市文旅的盛会将咸宁的春日之美、温泉之韵、人文之魂尽数铺展在赛道之上。以“奔跑吧·咸马”为核心主题,赛事深度串联城市地标、自然山水与特色文旅资源,打造沉浸式的香城体验,邀全国跑者与游客赴一场“泡温泉、赏樱花、跑咸马”的春日之约,解锁咸宁的多元魅力!

沉浸式文旅体验,玩转赛前赛中赛后

围绕“香城之约”,赛事打造贯穿赛前、赛中、赛后的系列特色活动,让跑者与游客全方位感受咸宁风情。联合Keep 平台发起线上挑战赛,提前点燃奔跑热情;温泉体验日、全城倒计时、“迎咸马 踏春光”春季健步跑、“荧光先行”等活动轮番上线,全民参与共迎赛事。

赛事举办恰逢咸宁野生樱花盛放佳期,“樱花赛道·春天之约”让跑者在漫天樱花云霞中奔跑,真正实现“在风景中奔跑,成为风景的一部分”;

而“温泉舒缓·疗愈之约”更是咸马专属特色,赛后泡温泉已成赛事标志性体验,今年与多家优质温泉企业深度合作,为选手与游客开辟专属优惠通道和特色疗愈套餐,跑马后尽享咸宁温泉的温润疗愈。

赛事博览会启幕,一站式解锁咸宁美好

3月27日-28日,2026 咸马赛事博览会将在咸宁市体育中心精彩启幕,这里不仅是选手领物点,更是解锁咸宁文旅、物产、美食的一站式打卡地。

丰富的参赛包含湿巾、按摩膏、冷泡茶、香片等近 20 份实用好物,为旅途添惊喜;

巨幅姓名墙让每位选手定格高光时刻,“咸马消费地图”清晰标注赛事沿线及全市特色餐饮、酒店民宿、赏花点位、



特产购物点,精准指引城市探索路线。

博览会现场还设置文旅非遗、农产品、合作品牌三大主题展区,71 个特色展位集中展示咸宁的非遗技艺、本土风物、特色美食,让你一站式品味咸宁味道、感受咸宁文化。

3月28日,博览会主舞台还将开启赛前早餐跑、生日派对等趣味活动,更有赛前无人机喷洒桂花精油的浪漫设计,为赛事打造独有的“桂香赛道”,让桂香与花香交织,邂逅别样的咸宁浪漫。

跑马游咸宁,赛道内外皆是风景与温情

3月29日赛事当天,咸宁将以最饱满的热情迎接八方来客,赛道沿沿河蜿蜒,串联人民广场、潜山国家森林公园、咸宁·易汤温泉养心谷、龙潭里景区等核心地标,融城市风貌、自然山水与温泉文脉于一体,“城在绿中、人在景中”的生态魅力一览无余,经典赛道升级打造“最美樱花赛道”,跑马途中尽享咸宁春日盛景。

赛道沿线更是一场沉浸式的咸宁文化盛宴,52 支超 1500 人的特色啦啦队全域覆盖,秧田鼓、打花鞭、鱼门拳、拍打舞等本土非遗文化与冯京历史人物互动、汉服展示、街舞等新潮演绎相融,“一

队一品”让跑者一路奔跑一路感受咸宁的人文底蕴。

同时,咸宁为所有选手送上贴心出行福利:市区 14806 个停车位免费开放,200 台“蓝丝带”出租车凭号码布免费乘坐,停车无忧、出行顺畅,尽情畅游咸宁。

完赛之后,咸宁的暖心服务依旧在线。多民族服饰志愿者组成的长龙迎接选手,完赛补给除常规物资外,更有咸宁特色贺胜桥鸡汤暖心暖胃,跑马之余品味地道咸宁美食,让味蕾也来一场深度旅行。

此外,赛事构建五级医疗救援保障体系,811 名工作人员全程守护,让安心出游、畅快奔跑成为标配。

丰厚奖励燃动赛场,全民共享赛事欢乐

2026 咸马设置总金额达 25.8 万元的完善奖金激励体系,既有面向专业选手的公开组奖,也有专属咸宁本地跑者的市民奖,更有破赛会纪录奖重磅加持,鼓励每一位跑者突破自我。

同时,为所有在规定时间内完赛的选手授予“破速”专属纪念披风,致敬每一份奔跑的热爱。无论你是专业跑者,还是业余爱好者,都能在咸马的赛道上收获属于自己的荣耀。

旅游消息速递

◆3月28日,去马桥建国版体验“赏花+美食”新玩法

3月28日,第十二届金龙鱼外婆乡小榨菜籽油油菜花节将在马桥建国版启幕。

本次油菜花节以“寻味外婆乡,花田食春宴”为主题,特邀楚菜泰斗级大师与湖北广电知名主持人助阵,打造一场集花海美景、民俗体验、湖北味道于一体的春日盛宴。

活动当天,现场将设置舞台、春趣、春宴、春味、春色五大主题区域。游客可在曲水流觞长桌宴上品尝由大师烹制的地道湖北风味,在古法榨油体验区亲手见证传统小榨工艺的魅力,还能享受专业旅拍服务,换上汉服、民国学生装等造型,在花海中定格春日美好。

此外,非遗变脸、杂技表演等精彩节目也将轮番上演,石头剪刀布、投骰子等趣味互动游戏更可赢取精美礼品,让游客在金色花海中品味春日美味、玩趣味互动、忆儿时乡愁,解锁“赏花+体验+美食”的春日新玩法。

◆4月4日-4月6日,恋江湖船歌岛景区邀您免费游

4月4日-4月6日,恋江湖船歌岛景区免费游。只要你关注恋江湖船歌岛景区微信公众号,连续三天每天转发一次《清明踏青好去处!恋江湖门票免费送,不限量等你来!》推文,并附文“恋江湖约起来”,助力宣传,凭分享记录,即可免费领取门票一张。

◆4月12日,通山县 2026 全民健身钓鱼赛邀您参赛

4月12日(星期日),通山县 2026 全民健身钓鱼赛将在通山县香涧旅游开发有限公司垂钓场开赛。此次大赛面向通山县广大钓鱼爱好者,限报 100 人,报名时间 2026 年 4 月 10 日 17:00 截止。

据悉,此次大赛的竞赛项目为手竿钓鱼混合鱼总重量赛(主要鱼为鲫鱼 1500 斤、草鱼 500 斤、翘嘴 650 斤等,所有鱼为有效鱼),执行国家体育总局社会体育指导中心《淡水钓鱼竞赛规则》。录取前 15 名予以奖励,均颁发对应奖品及荣誉证书,冠亚军另加奖牌。

参赛选手须实名报名,100 元/人,费用包含防晒服、鱼护、钓鱼帽、午餐、赛事物料,鱼货可自行带回,往返交通自理。

大幕山旅游安全出游提示 黄沙铺镇路段请绕行

4月将近,通山县大幕山野樱、野生杜鹃等次第绽放,吸引了大批游客前往赏花、露营、自驾游。3月20日,通山县黄沙铺镇大幕山抽水蓄能电站项目建设指挥部发出提醒,目前项目建设即将进入主体工程建设阶段,在施工建设过程中有大量大型施工运输车辆出入,存在诸多不确定风险因素。

为了旅途安全,请游客合理规划出游路线,近期尽量避免由黄沙铺镇路段前往大幕山进行赏花、露营、自驾游等游玩活动。

崇阳春日限定

●记者 杜培清

春风有信,花开有期!如果说武汉的樱花是城市里的大家闺秀,那崇阳的春天,绝对是一个古灵精怪,藏着无数惊喜的“花间”精灵!快收好这份“2026 崇阳春日漫游指南”,去崇阳把春天玩出花!

第一站 浪口花海盛会

地点:三特浪口温泉度假区

时间:3月下旬至4月中旬

3月下旬起,浪口温泉度假区就要被染成一幅梵高笔下的油画。金色、粉色、橙色、白色……层层叠叠的油菜花田,在春风里摇曳生姿。

第二站 龙泉山樱花观赏季

地点:铜钟乡大岭村龙泉山樱花谷

时间:3月底至4月上旬

不同于城市里精心修剪的樱花,铜钟乡大岭村龙泉山樱花谷的野樱开得肆意张扬!漫山遍野,粉白如雪,灿若云霞,从山脚开到山顶,仿佛给整座山坡上披了一层浪漫的薄纱。

第三站 路口镇杜鹃竞相绽放

地点:路口镇杜鹃庄园

时间:3月底至4月底

绝美赏花路线请收好



樱花的温柔过后,路口镇杜鹃庄园将用最热烈的红色,点燃你的春天!3月底开始,漫山遍野的杜鹃花竞相绽放,红得轰轰烈烈,灿若云霞,仿佛给整座山坡上披上了一件火红的霞衣。

第四站 寺前村李花秘境

地点:天城镇寺前村

时间:3月中下旬至4月初

每年3月中下旬,当春风拂过寺前村,漫山遍野的李花便悄然绽放,洁白如雪,层层叠叠,远望如云覆山头,近看似雪压枝头。更绝的是,李花与古村相映成趣——白墙黛瓦的民居,炊烟袅袅的村落,配上这满树繁花,古意盎然!

第五站 西庄牡丹庄园

地点:石城镇西庄村

时间:4月上旬至4月下旬

4月上旬开始,西庄牡丹庄园的牡丹便陆续绽放。这里种植了数十个品种的牡丹,既有传统的“姚黄”“魏紫”,也有进口的名贵品种。花期时,每一朵都开得雍容华贵、仪态万方,漫步其中,花香袭人。

第六站 药王谷芍药花海

地点:铜钟乡药王谷

时间:4月下旬至5月上旬

芍药被称为“花中宰相”,4月下旬,铜钟乡药王谷的芍药不紧不慢地绽放笑颜。花开时,粉白相间,层叠如云,微风过处,摇曳生姿,美得让人挪不开眼!药王谷还种植了各种中药材,穿行其间,花香药香交织,仿佛走进了一个治愈系的童话世界!