

战马踏春来 香城纳客归

——2026 咸宁马拉松全景综述

●文/记者 饶敏 吴文谨 张欢 谭宏宇 图/记者 赵志忠 毛亚轩

三月咸宁，春深似海。
3月29日7时30分，咸宁人民广场。号角雄浑，战马嘶鸣，漫天“樱花雨”裹着万余名跑者的热爱奔涌而出。
这不是一场简单的奔跑。这是一座城市与春天的约定，是“三国赤壁”的英雄气与“香城泉都”的文明范，在十年的时空坐标点上的激情碰撞。
这一天，咸宁用一场马拉松，向世界展示了何为“主客共赢、人城共进”。



精彩:赛道之上,英雄与春天的双向奔赴

冲刺时刻，全城沸腾。
2小时23分46秒。本土选手吴浩然率先撞线，在家乡父老面前捧起全马男子冠军奖杯。“在家乡夺冠，真的不一样！”他抱着女儿热泪盈眶。从通山农家子弟到省级健将，他用十年奔跑完成了蜕变——家乡用最热烈的欢呼托举了他。
女子组同样上演“十年之约”。武汉选手伍玲以2小时44分41秒摘得桂冠。2016年首届咸马她夺得半程冠军，第十年她专程归来，兑现了与自己的约定。
半马赛场，泪水与欢笑交织。女子组冠军熊思瑶冲线后泪如雨下。这位“90后”三孩母亲，用一枚金牌为自己的复出之路加冕。半马男子组冠军喻桐，则是连续六届参赛的“元老级”跑者，第三次站上咸马领奖台。咸宁是他的“第二故乡”——他是湖北科技学院校友，常与同事结伴来咸宁赏桂花、泡温泉。
无论成绩快慢，抵达终点便是胜利。汗水、喘息、笑容与拥抱交织，每个冲线身影都定格了奔跑的最美瞬间。
如果说冲刺的精彩定格在某个瞬间，那么赛道的精彩，则藏在一路的风景里。
“这是我跑过最‘养眼’的赛道！”河南跑者陈立凯边跑边用手机记录美景。这条赛道沿涇河蜿蜒、穿潜山层林，串联人民广场、龙潭里、潜山国家森林公园。涇河碧波，潜山竹海，樱花桃花次第绽放。空中俯瞰，身着草绿色赛服的跑者们如一条绿色长龙，奔跑在青山碧水之间。

战马列阵、武士出征，呼应三国故地、赤壁文化的深厚底蕴。千年战鼓为跑者助威，漫天樱花雨、沿途桂花香氛，让跑者“步步生香”。这是赛道设计的暗藏巧思，也是咸宁的专属浪漫。
58支特色啦啦队、1500余名群众演员倾力助阵。威风锣鼓、打花鞭、街舞少年轮番上演。30余名“桂花仙子”以舞蹈助威，终点“十二花神”为跑者喝彩。
赛道旁，12名来自咸安区张富清老军装志愿服务队老兵，年龄最小61岁，最大81岁，清晨5点半就从各地赶来，用铿锵鼓点为选手呐喊。“能为咸马出力，我们心里特别高兴。”队长余宏话语铿锵。
沿途观赛的市民自发聚拢，“加油”声此起彼伏，如暖流注入跑者心间。这场马拉松早已超越竞技，成为全民共享的城市节日。
据了解，咸宁马拉松自2016年首次举办，至今已成功举办六届，从区域性赛事跻身中国田径协会银牌赛事，累计吸引近10万中外跑者参赛。本届市外选手占比72%，创历届新高。“周末到咸宁跑马”正成为新的生活方式。
通城参赛者杨成身着“咸马10周年”纪念衫完赛——这款纪念衫专为连续六届参赛的97名忠实跑者定制。“咸马的变化太大了！跑友越来越多，氛围愈发热烈，服务不断升级。”杨成的感慨，道出了万千跑者对“精彩”的理解。

文明:一场赛事,一座城的素养大考

选手文明，展现在每一个细节里。
赛道之上，一群特殊的跑者格外引人注目——组委会首次组建的“绿跑团”。
11名环保爱好者手持夹子和环保垃圾袋，趁着跑者奔跑间隙弯腰捡拾纸屑、杂物，成为赛道最美“清道夫”。湖北民族大学大四学生镇哲文，因备战考研错过报名时间，看到招募信息后果断报名：“既能锻炼身体，又能投身环保，这样的参与方式很有意义。”
低碳理念贯穿赛事全程。选手号码布采用可降解材质，清洁能源电子发令枪替代传统发令枪，实现“零污染、低噪音”。补给站的纸杯、包装等物料，可降解材质使用率超80%。
市民文明，彰显城市温度。
清晨6点，跑者叶然州刚踏出酒店大门，一辆系着蓝丝带的出租车已缓缓停在面前。“免费送您到咸马起点！”城顺出租公司的哥黄和保探出头，笑着招呼。
像这样的蓝丝带爱心出租车共有200辆，穿梭在城区的大街小巷，为选手提供免费搭乘服务。
赛道沿线，文明观赛打卡点成为热门“景点”，选手和市民争

相用镜头记录文明瞬间。观众自觉守线、垃圾不乱扔、互相礼让，文明成为每个人的自觉行动社区工作者陈程感慨：“平时在社区做的文明宣传，在赛事里变成了大家的自觉行动。”
全国文明城市所举办的赛事，早已树立起行业标杆。赛前，整座城市便已进入“马拉松时间”。人民广场上，300盆造型精美的桂花盆景亮相，赛道沿线各色鲜花次第绽放。月亮湾露天温泉全新升级开放，赛道全面提升扮靓，以“畅安舒美”的路域环境迎接八方来客。
结合“文明实践集中服务日”，市、区各单位干部职工、志愿者及社区居民深入赛事沿线，开展环境卫生清理和文明宣传引导。全城发布文明观赛、文明参赛倡议书，从商家到市民，从赛场内到赛场外，文明共识在全城凝聚。
咸宁，已经将“文明”二字从口号变成了脚下可触摸的风景。发令枪响之前，“铠甲武士”列阵在前，“战马奔腾”气势如虹——这是对“三国赤壁”历史的致敬。赛道旁，栽田鼓的粗犷、打花鞭的灵动、鱼门拳的刚劲……这些非遗项目没有锁在展柜里，而是鲜活地绽放在赛道旁。这是文明的传承，更是咸宁这座城市温良的底色。

暖心:以细节动人,让每一位跑者“宾至如归”

“明天就满53岁了，感谢组委会如此用心……”来自武汉的跑者张伟刚抵达咸宁，便被这座城市扑面而来的热情深深打动。
赛前，他与22名跑友一同度过一场难忘的集体生日会。这份惊喜，不仅温暖了跑者的心，更让咸宁的城市温度深深镌刻在每一位来客的心底。
每位选手还收获一份“咸马心意包”，内含青砖茶、黄精果等特色好物，把咸宁滋味带回家。马拉松博览会上，通城陶瓷、咸安蛋雕等非遗项目集中展示，传承人现场献艺，让跑者沉浸式感受咸宁文化。
全市14806个停车位向选手免费开放。咸宁公安提前盘活“边角空间”，将赛事周边符合条件的非机动车道开放为临时停车区，同时协调市区28条道路、29处公共停车场及105处机关单位停车场。公交专线、接驳专线无缝衔接，让跑者一路畅行。
赛道之上，保障有力。补给点上，温泉喷雾

为奔跑的选手送去清凉；桂花糕、赤壁青砖茶等咸宁美食，让跑者在挥洒汗水之余解锁“舌尖上的咸宁”。赛道上喷洒的桂花香氛，清甜香气随风浮动——跑者步步生香。
人群中，身着白色急救跑者服装、腰戴红色急救腰包的急救跑者格外引人注目。来自江苏泰州的急救跑者丁素萍，曾与爱人在咸宁求学，这次特意重返这座承载青春的城市。“能看着我我爱的人和众多跑友平安奔向终点，我觉得无比幸福与圆满。这趟归来，是爱的奔赴，也是守护的旅程。”
终点之处，一碗热腾腾的贺胜鸡汤早已备好。金黄鲜美的汤汁下肚，暖意从胃里蔓延到全身。赛事主办方专门安排车辆运送温泉水至现场，为完赛跑友提供独特的“樱花温泉水浴”。“第一次体验用温泉水泡冰，很有咸宁特色。”武汉选手俞珂岚说。
完赛奖牌设计，更独具匠心。正面以桂花花环为底，镌刻汀泗桥战役遗址、赤壁山体等元素；

背面融合群山竹节与生态绿色圆环，浓缩城市英雄豪情与山水灵秀。此外，赛事现场设临时邮局，选手可自制明信片、加盖专属邮戳，将春日美景寄往各地；组委会提供免费奖牌刻字、号码牌塑封服务，让跑者把咸宁记忆永久珍藏。
暖心不止于各个环节，更“藏”在细节服务当中。凭着一张号码布，整座城市都成了跑者的“补给站”。宾馆酒店延迟退房、早餐提前。9家景区免票、5家温泉半价开放。恰逢咸宁30万亩野樱盛放，跑者可免费赏春，大家纷纷点赞：“凭号码布就能享受这么多福利，咸宁太贴心了！”
“这个周末，荆州、仙桃都有赛事，相当于撞期，但大家还是选择来咸宁。这说明什么？说明咸马被认可，咸宁这座城市被喜欢。”六届咸马选手叶志辉，今年以“关门兔”身份回归赛道。他在武汉加入了“武汉第一跑团”，今年咸马跑团有80多位跑友专程前来。“今天我是关门兔，我最大的希望，就是所有人都能在我前面安全完赛，”

安全:以“微扰”之策,守一城之安

面对1.3万人的大客流，一场赛事成功与否，直接检验着一座城市的治理成色。
咸宁给出的答卷不仅是热情、精彩、暖心，更是极致的冷静与专业。一场场细致入微的专题调度、实战演练，在这一刻，都化作赛道上最坚实的“防护网”。
防护网来自触手可及的医疗保障。赛道每100米一名医疗观察员，47台AED随时待命，30台监护救护车整装待发，811名专业医护人员构建起五级救援体系。
从起点到终点，急救不仅是“待命”，更是“伴随”。当跑者挥汗如雨时，那一道道身着白大褂的注视，是这座城市对生命最庄重的承诺。
50余名急救跑者一路伴随，成为赛道上流动的安全感。他们融入奔跑的人群中，既是在挑战自我，更是在默默守护身边的每一位跑者。
防护网来自润物无声的安保交通。咸宁公安3362名警力守护赛道，采用“分段式精准管控”与智慧化疏导手段，让马拉松的活力尽情绽放，也让城市的烟火气温暖如常。
在长安大道万达路口，记者看到，赛道一侧

是奋力冲刺的跑者，另一侧则是手提菜篮、怀抱孩童的市民。几名民辅警手拉手组成扇形人墙，跟随跑者流的间隙，像“扇形钟摆”一样交替切换，引导市民快速、有序横穿赛道。
一位送孩子上艺术培训班的妈妈赞叹：“今天马拉松，本来以为封路过不去，没想到一点儿没耽误。”武汉跑友陈霖在朋友圈点赞：“警察小姐姐移动的瞬间又飒又美！”
万达路段指挥部负责人复兴介绍，赛道穿城而过，连接10条主干道、112个路口、78个居民区，通行需求复杂。咸宁公安摒弃了“一拦了之”的老办法，在关键路段化身“动态调节器”，变硬隔离为软连接，让赛道“活”起来，让城市“暖”起来。
防护网隐藏在闭环管理的风险防控体系中。赛事管控的解除紧随跑者步伐，遵循“赛完一段、撤除一段、放开一段”的原则。
在同惠十字路口、咸宁大道与书台街交口等重点路段，引导车一过，硬隔离迅速撤离。“我们要与时间赛跑！”咸宁市公安局交管支队秩序大队教导员熊斌介绍，这种“赛后即撤”的“咸宁速度”最大限度压缩了交通恢复时间，降低比赛对

市民生活的影响。
赛道重点路口实行水滴水滴式放行，跑完一段随即解封一段，以最小干预、最快恢复平衡赛事与市民生活。这一“微扰咸马”的核心理念，让赛事与城市和谐共舞。
赛事终会落幕，但咸宁的热度不会退潮。十年前，咸宁人还在探讨如何“办好一场赛”；十年后的今天，咸宁人更关注如何“提升一座城”。
这届咸马，我们看到了精彩的张力、文明的底色、暖心的温度以及安全的智慧。
跑一程，爱一城。这届咸马赛事期间，全市住宿、餐饮、旅游等多领域消费大幅增长。咸宁的城市形象也愈发立体——三国文化、桂花浪漫、温泉温情、生态美景通过跑者的脚步和镜头传播至全国。我们的城市，也正在从“被知道”走向“被看见”“被向往”。
战马奔腾去，余音仍绕梁。这个春天，咸宁没有辜负任何一位远道而来的客人；而这场马拉松，也必将成为这座城市迈向更高能级的最新注脚。
咸宁，明年春天再见！