

# 黄河之滨 激情奔跑

——五兰州马拉松侧记

一定的挑战性,但赛道设计很平缓,沿线看到了兰州许多地标建筑,体验很棒,明年有机会的话我还想来。”

## 市民的热情

“叮铃铃……”2025 兰马的热情,从摇响第一声加油铃开始。今年兰马特别推出镌刻丝路基因的“市民加油铃”,成为独属于兰州的加油方式。

“兰马是家乡的大事儿,必须来加油鼓劲。”家住安宁培黎广场附近的市民杨小萍每年都和家人一起来赛道边加油。赛道旁的观众或是大声呐喊,或是轻轻摇响铃声,向选手们传递着兰州人的热情。

同时,259位兰马领航员全程加油助威;主会场及赛道沿线布置 28 个群体活动表演点,100 余支表演队伍开展全民健身和群众体育活动。他们为跑者加油助威,让整个兰马赛场变成了一片欢乐的海洋。

“通过热情洋溢的啦啦操表演,为选手们加油鼓劲,让他们感受兰州的热情。”兰州碧桂园幼儿园教师苟学荣说,他和同事排练了一个多月,就为了这一天。

“不论是加油的观众还是服务的志愿者,都把我们当作家人一样招待,这种热情的氛围让我特别感动。”来自沈阳的马拉松选手王红军说。

除了热情呐喊的观众,还有 6700 余名“兰精灵”志愿者全面保障比赛顺利进行。

“为了这次比赛培训了很久,看到选手们竖起大拇指,就感觉一切辛苦都值得。”兰州财经大学大一学生王锦健是一名跑步爱好者,今年选择以赛道志愿者的身份参加到兰马中,在付出中收获快乐。

## 城市的温度

一场盛事圆满完成的背后,是整座城市的精心准备。

在赛前,兰州市七里河区在兰州奥体中心周边共栽植杏梅等乔木 587 株,绿化 2600 平方米;城关区在金雁黄河大桥、元通黄河大桥等 4 座跨河大桥上,用 3.7 万株垂吊牵牛、2 万株海棠盆栽共同构成“桥面花廊”,多彩花卉进一步扮靓了黄河百里风情线。

“我们在赛道沿线及周边路段安排 800 名环卫人员捡拾烟头纸屑、饮料水瓶等垃圾,同时采取‘分段解封、逐段清理’模式,快速归堆垃圾,缩短垃圾滞留时间,确保赛道解封后 20 分钟内恢复市容原貌。”城关环卫质量监督队副队长陈宪强说。

全市文旅部门也适时推出多项优惠措施:风起大汉沉浸式演艺街区、兰州野生动物园、中乙联赛兰州陇原竞技主场……凭借一张参赛号码布,选手们可以畅享多个重点景区及文旅项目,深度体验兰州魅力。

随着最后一名选手跑过终点线,2025 兰州马拉松圆满落幕。4 万名选手的激情奔跑,整座城市的倾情投入,共同绘就了一幅动人画卷。

# 感受

## 金城韵味

新甘肃·甘肃日报记者 马国顺

5月的兰州,黄河奔涌,热情似火,2025 兰州马拉松在万众瞩目中盛大举行,再一次点燃整座城市的激情。

5月25日清晨6时,天蒙蒙亮,兰州奥体中心的黄河岸边已挤满了人,4万名跑者在起跑点会聚。

发令枪响,参赛者如潮水般涌出,沿着百里黄河风情线开启征程。赛道边,热情的兰州市民和游客组成了强大的助威团,259名领航员带领大家高喊口号,35个惊喜点位发放的加油道具,让助威声此起彼伏。在黄河母亲路段,一群孩子大声地喊道:“兰马,牛!”惹得路边大爷也连连称赞:“攒劲得很!”

来自北京的翁峰是资深跑者,他利用赛前时间深度游览了兰州:“兰州太有韵味了,甘肃省博物馆的文创太有趣,我买了好多‘马胜利’玩偶准备送给朋友,让他们感受一下兰州的独特魅力。”

自媒体跑步达人柳柳狮来自四川成都,一下飞机就被兰州热情细致的服务所打动,“从领物到参赛,每个环节都有人引导,真的很用心。”

来自南方的跑者韩毅是第二次参加兰马半程比赛,他被兰州这座城的热情再次感动:“兰马氛围很浓,整座城市都在全力呵护这场赛事。”

途经赛事补给站,5公里处的喷淋装置喷出细密水雾,水珠在阳光里连成彩虹。来自云南的跑者李薇在中山桥放慢了脚步,对着黄河对岸的白塔山按下运动相机快门:“赛道像电影镜头,跑一步换一景。”

兰马期间,兰州的文化场馆、商圈也异常火爆。甘肃省博物馆、甘肃简牍博物馆参观人数创新高,兰马号码牌成为连接商业、旅游、文化等多元业态的纽带,让跑者尽感兰州热情。

更令人动容的是,赛道沿途的每个细节都体现着这座城市的温度——医疗团队每隔 2.5 公里设点守护,配备专业急救设备和可食用冰块;志愿者们从物资发放到赛后拉伸全程陪伴,从补给点水杯的摆放位置、间距规定,到领牌点的持续加油鼓劲,兰马跑道的每一处都是一丝不苟的严谨……

“兰马”,不仅是一场体育赛事,更是兰州向全国乃至全世界展示自己的舞台,让人们体会到了兰州的热情、活力与独特魅力,也让“兰马”这个品牌愈发闪亮。



志愿者与跑者互动。  
新甘肃·甘肃日报记者 冯乐凯

# 2025 兰州马拉松



△参赛起点人流动。

新甘肃·甘肃日报记者 田蹊

△参赛者在奔跑中尽览黄河两岸美丽风景。新甘肃·甘肃日报记者 丁凯



## “兰精灵” 助力兰马

新甘肃·甘肃日报记者  
苏家英 吴东泽

黄河岸畔,马拉松选手为热爱起跑、为梦想加速;赛道两旁,“兰精灵”志愿者以热忱伴跑每一段征程。

今年 4 月,比赛面向社会招募负责物资分发、赛道补给、医疗救护、应急保障等 8 个方面服务工作的青年志愿者。经过层层筛选,来自兰州大学、西北师范大学、西北民族大学等单位的 6796 人成为 2025 兰州马拉松“兰精灵”志愿者。

5 月 12 日至 22 日,兰州马拉松组委会组织专业团队对“兰精灵”志愿者开展了 22 场培训,为赛事的顺利举办提供有力保障。

比赛当日,“兰精灵”志愿者的身影无处不在。

“今年参与其中,我才知道‘兰马’赛事组织的专业与温情。”西北民族大学管理学院学生颜旖雯告诉记者,他和同学们负责在赛道 40 公里处补水,水杯怎么摆放、每个纸杯里倒多少水等细节都需特别注意。

兰马,越来越精彩。而赛道上的每一分精彩,都离不开“兰精灵”志愿者的助力。“感谢最美的‘兰精灵’!”一位跑友在“兰马”留言板上写道。

## 独特的 “兰马符号”

新甘肃·甘肃日报记者 何佳睿

5月25日,来自北京的李文华,又收获一枚新的兰州马拉松完赛奖牌。今年的兰马完赛奖牌继续升级了旋转水车的创意,中间的大水车与右侧下方的小水车像两个互相镶嵌、紧密咬合的齿轮,相互带动旋转,宛如跑兰马的每一位运动员都随着这项比赛而跃动。

叮铃铃,叮铃铃……走在兰马赛道两侧,时不时听见清脆悦耳的铃声。

“我们今年首次引入了‘市民加油铃’,这在马拉松赛事中是比较少见的,加油铃收获了许多人的喜爱。”兰州马拉松组委会相关工作人员介绍。兰马观众的热情一直为选手们所称道。加油铃以丝绸之路驼铃为设计原型,铃身纹饰重现大漠驼队印记,满城铃音为五湖四海的健儿呐喊助威。

半小时左右的时间,兰州市安宁区第一中学初一学生夏子煊已冲过了健康跑的终点线获得了纪念徽章。健康跑和家庭跑的选手获得纪念徽章,他们中的每个人都值得因热爱而被嘉奖。

奖牌、加油铃、徽章,都是兰马的符号。这些符号背后,是选手,是观众,是志愿者;这些符号里,蕴含着大家对兰州、对健康、对生活的热爱……

志愿者与跑者互动。  
新甘肃·甘肃日报记者 冯乐凯

# 兰马,跑出城市新活力

万吉彦

5月25日清晨,2025 兰州马拉松正式开跑。整座城市沉浸在热烈的赛事氛围之中,一场速度与激情、体育与文化深度交融的盛会震撼上演。

近年来,马拉松赛事在全国遍地开花,兰州马拉松也凭借独特魅力脱颖而出。今年预报名人数飙升至 31.14 万,相较去年增长约 75.04%,创历史新高。这一数据不仅彰显赛事的超高人气,更反映出兰州马拉松在全国乃至国际马拉松赛事中的独特地位。其成功背后,是兰州对赛事的精心打造,以及对体育精神的深度挖掘与传播。

黄河风情线赛道是兰州马拉松的一大亮点。这不仅是一条体育赛道,更是一条文化长廊,选手奔跑其中,一边是奔流不息的黄河,一边是底蕴深厚的文化地标,如黄河母亲雕塑、中山铁桥等。这种独特设计,巧妙融合自然景观与人文景观,让选手在挑战自我的同时,领略兰州的城市魅力与文化底蕴。这既是对体育赛事的创新,更是对城市文化的生动传播。多年来,兰州马拉松有力提升了兰州的文化软实力与国际知名度,对传承和发展黄河文化也起到了积极作用。

经过多年探索与积累,兰州市办赛经验愈发成熟。为办好今年赛事,组委会筹备工作细致入微,服务保障全方位彰显城市管理智慧。“卷帘式”解除交通管控,既保障市民正常出行,又确保赛事顺利进行,体现出城市管理的精细化与人性化;合理分布的饮水站、补给站、专业医疗团队与急救设备,以及贴心的衣物寄存、赛道指引、交通接驳服务,为选手创造良好参赛条件,让他们全身心投入比赛。这些服务保障措施,不仅提升选手参赛体验,更彰显兰州作为赛事举办城市的责任与担当,为赛事成功举办奠定坚实基础。

值得一提的是,今年赛事期间,我省博物馆、非遗馆推出特色文创与体验项目,还携手四大 IP 推出多款限定联名文创产品,实现文化 IP 与体育 IP 的精彩碰撞,促进文化传承创新与产业融合发展。公益方面,延续“体育+公益”理念,设立公益名额,所筹费用用于孤独症儿童帮扶及“兰马公益林”建设,用奔跑传递爱心,凝聚社会正能量,展现出城市的人文关怀与社会责任。

作为国内年轻的“双金”赛事,兰州马拉松自 2011 年创办以来,始终与城市发展同频共振。当前,兰州正处于高质量发展的关键阶段。兰州马拉松的成功举办,不仅是对城市综合实力的又一次检验,更是展示城市形象、吸引投资合作、凝聚发展共识的重要契机。一段时间以来,全城上下以饱满的热情积极筹备,从城市环境整治到文明风尚提升,从赛事服务优化到各项活动策划,每一个细节都彰显着兰州迈向现代化中心城区的坚定步伐。

随着兰州马拉松鸣枪开跑,兰州又迎来一次活力绽放。我们期待,兰州马拉松能进一步激发城市内生动力,凝聚奋进力量,推动兰州在强省会建设、黄河流域生态保护和高质量发展中书写更加精彩的篇章,以奔跑之姿迈向更加美好的未来。