



# 白鹭从头顶飞过 10吨鲜虾免费吃 潜江马拉松跑进美美哒春天



4月12日,2026潜江返湾湖半程马拉松鸣枪,6000余名跑者在水杉林里奔跑。(湖北日报全媒体记者 何宇欣 摄)

湖北日报全媒体记者 黄璐  
通讯员 余晓琴 孙琴琴 樊云云

春风十里,不如潜江有你。

4月12日上午8时,发令枪响,6000名跑者从潜江后湖莫岭广场奔涌而出,汇入一片碧水连天、白鹭翩跹的生态画卷。

这不只是一场21.0975公里的竞速。当体育的激情、生态的诗意与城市的温度在最美四月天交织,潜江正以一场马拉松为窗,跑出属于自己的发展赛道。

一条会“呼吸”的赛道  
左手烟波浩渺  
右手绿意葱茏

“这是我跑过风景最美的赛道!”来自甘肃的选手王根生冲过终点后,顾不上擦汗,第一句话就是赞叹。他掏出手机,翻看沿途拍下的照片,“你看这张,白鹭刚好从头顶飞过。”

4月的返湾湖湿地,正是一年中最美的时节。极目远眺,碧水连天、烟波浩渺,岸边水杉吐绿,繁花次第绽放。成群白鹭贴着湖面翩跹起舞,一步一景,宛如一幅鲜活的春日水墨画。

这条赛道,是潜江送给跑者的一份“生态请柬”。776.5公顷的返湾湖国家湿地公园,湿地率高达96%,是古云梦泽的遗存,也是江汉平原最典型的浅水湖泊湿地。

赛事组委会介绍,今年的赛道坚持“顺势而为”——不搞过度人工布景,不破坏原生生态,充分依托湖岸线、水杉廊道、春日花海等自然景观,将赛道完全融入水乡园林的本真风貌。

跑者奔行其间,左手烟波浩渺,右手绿意葱茏。抬眼处,国家一级保护鸟类东方白鹳、黑鹇,乃至全球极危物种青头潜鸭,或静立洲渚,或掠水而过。

赛道两侧,观众的加油声、呐喊声、欢呼声此起彼伏,为赛场注入源源不断的活力。经过激烈角逐,选手喻桐以1小时07分51秒夺得男子组冠军,伍玲以1小时19分10秒斩获女子组桂冠。

“在这种地方跑步,根本感觉不到累。”女子组冠军伍玲站上领奖台时激动地说,“赛道平稳,风景又好,我今天发挥出了最佳水平。”

这条会“呼吸”的赛道,本身就是潜江坚持“生态优先”最生动的注脚。当跑者的脚步与候鸟的翅膀同频,当

急促的呼吸融入清新的负氧离子,马拉松回归自然的本真意义,在此刻得到了完美诠释。一场赛事,让生态红利从抽象的概念变成了跑者脚下可感知的风景。

一份“被看见”的尊重  
全城守护  
为“最后一”跑者送上掌声

一场成功的马拉松,主角从来不止于冠军。

凌晨4时,城市还在沉睡,千余名志愿者已经集结。来自江汉职业学院的贾思雨,和同学们一起摸黑赶往赛道。“虽然早起值守很辛苦,但听到跑友一句真诚的感谢,所有疲惫都烟消云散了。”她笑着说。

896名公安干警,从严从实从细落实各项安保措施,全力消除各类风险隐患;医护人员加密布点,移动AED全程跟随;专业康复师在终点冰敷区,拉伸区严阵以待……这些数字的背后,是潜江举全城之力,为6000个梦想护航。

而赛事最动人的一幕,发生在终点线即将关闭的时刻。跑者张家荣在队友的鼓励下,用尽最后一丝力气,赶在最后一刻冲过终点。她是此次马拉松比赛的最后一人。

“本来我觉得自己完不成了,是队友一路陪着我,鼓励我。”张家荣激动地说,“没想到冲线后,潜江市领导专门给我送上一盘热气腾腾的小龙虾。”那盘小龙虾,不是奖牌,却比奖牌更沉。它传递了一个清晰的信息:在这座城市,最后一人和第一名同样值得尊重。

一场马拉松,丈量的不仅是奔跑的速度,更是一座城市的人文情怀与文明高度。当6000名跑者在这里感受到“被看见”的温暖,他们带走的,就不只是一块完赛奖牌。

一份“跑出来”的经济账  
跑马、吃虾、游水乡  
赛事流量变消费增量

赛事的终点,是另一场狂欢的起点。

10吨新鲜出炉的潜江小龙虾,油焖、蒜蓉、清蒸、榴莲……各种口味一字排开,香气席卷全场。万人共享龙虾宴的场面,让每一个完赛者都忘了疲惫。

“太震撼了!我从来没见过这么多人一起吃龙虾!”来自黄冈的跑友陈婷一边剥虾,一边兴奋地说。她手上

沾满了红油,但笑容灿烂,“专程跑21公里,就为这一口,值了!”

武汉汉口学院大一学生张钰鑫是第一次来潜江,他说:“跑完吃到热乎乎的小龙虾,麻辣鲜香,彻底解压。必须给潜江点个赞!”他举起手机,对着满桌虾壳拍了张自拍,配文“完赛福利”,发到微信朋友圈。

现场还专门设置龙虾烹饪体验区,专业厨师现场教学。几位跑者围在灶台前,笨拙地挥动锅铲,辣椒和蒜的香气四溢,引来笑声一片。

“我们提前一天凌晨就开始备餐了。”一位负责烹饪的师傅边翻炒边说,“用的都是最新鲜的虾,就为了让跑友们尝到最地道的潜江味道。看到他们吃得开心,我们熬夜也值了。”

一场马拉松,带来的远不止赛道上的奔跑。10吨小龙虾的背后,是潜江对赛事经济的深度挖掘——让跑者的脚步从终点延伸至商圈、景区、餐厅,将赛事流量转化为实实在在的消费增量。

围绕“跑一场马、游一座城”的理念,潜江精心布局:赛前,领物环节设在核心商圈,发放体育消费券;赛中,推出“花海飘香·寻味之旅”“楚风古韵·寻根之旅”“西北春韵·寻趣之旅”三条主题旅游线路;赛后,文创产品展销、特色集市等活动让跑者把“潜江记忆”带回家。从一块融入章华台、Q萌小龙虾元素的奖牌,到一个装满本土小吃的完赛包,潜江将文化记忆打包,让每一位跑者都成为城市的“代言人”。

来自重庆的李先生,特意带着家人提前两天抵达潜江。完赛后,他计划带着妻子去逛曹禺文化旅游区,再去生态龙虾城吃一顿。“跑马是由头,带家人出来玩是真。潜江这个地方,有风景、有文化、有美食,值得待两天。”他说。

赛事期间,酒店入住率大幅提升,商圈客流明显增加,文创产品热销。一场马拉松,让6000名跑者变成6000个“行走的流量”。而潜江,正将这股流量悄然注入城市消费的毛细血管,跑出一条生态与产业共荣、体育与文旅交织的发展新路。

这,就是潜江以奔跑姿态递出的春日名片。

明年春天,白鹭会再次起舞,小龙虾会再次飘香。潜江的奔跑,不会停歇。

## 赏春花 探油田 吃大虾 水杉林里长出新经济

湖北日报全媒体记者 黄璐 通讯员 王宇杰 张养席

春和景明,潜江广华寺水杉园,水杉抽出了嫩绿的新芽。

林间,悠扬的民乐响起。十二位姑娘身着汉服,手持花枝,从高大的水杉树后缓缓走出。衣带飘飘,像是从古画里走下来的。她们身后,是油田粗犷的井架和管线。柔美与刚硬,在这里撞了个满怀。

“太美了!”来自武汉的张女士举着手机,连拍了好几张,“没想到油田里还能看到这么诗意的场景。水杉挺拔,汉服飘逸,既有历史的厚重,又有文化的味道。”

这片水杉林,曾是几代石油人奋斗的地方。如今,它成了花朝节的舞台。传统民俗与工业遗存,在这里彼此唤醒。

另一边,几个直播镜头格外热闹。本土网红和非遗传承人轮番上阵,对着镜头卖力吆喝——“潜江小龙虾、潜江大米,一样样摆上桌。秒杀,满减,订单‘叮咚’作响。”

花朝节只是一个开始。广华寺街道顺势推出了一日游线路:水杉园赏花朝,五七油田会战指挥部旧址看砖墙上的岁月,岩芯库里摸亿万年的石头,最后到五七龙虾城犒一顿地道的油焖大虾。

“一天下来,看景、学知识、吃美食,样样不落。”带着孩子来的何女士很满意。

节庆是引爆点,项目才是稳定器。广华寺街道采取“政府主导、油田支持、市场运营”的模式,把存量资产盘活了。“五七龙虾源”项目一期升级了龙虾城美食街,二期田园综合体已经迎客。民宿、露营和美食街“白+黑”互补,游客待得更久了。

他们还打造了一个叫“油大侠寻味记”的IP。石油精神、楚文化、小龙虾,串成一条有故事的路。依托油田青少年实践学校开发的研学课程,也成了周边学校的“抢手货”。

一场花朝节,让水杉林里长出了新经济。广华寺街道相关负责人说,下一步还要深挖“石油+”“美食+”“生态+”,用节会聚人气,用项目留客人,把这里发展成区域性文旅高地。

## 色彩明丽墙绘点缀街巷里弄 以前出门是旧墙 现在满眼是美景

湖北日报全媒体记者 黄璐  
通讯员 余晓勤 王宇杰 周莹

春光明媚。漫步潜江街头,斑驳灰秃的围墙不见了。憨态可掬的卡通动物,金黄的油菜花,鲜活的小龙虾,励志的成语典故……一幅幅色彩明丽的墙绘扑面而来。它们点缀在街巷里弄,静静讲述城市故事,传递社区里的文化共鸣。

城市更新,既要提升“颜值”,更要涵养“气质”。潜江把“山墙文化”作为城市更新的抓手,坚持文化引领、群众参与、因地制宜。截至目前,城区已完成137处“山墙文化”改造。一墙一风景,一画一故事,正徐徐展开。

墙上画什么 居民共商量

“这墙可不是随便画的,都是我们自己选的样式。”泰丰街道南荷社区岸芷汀兰小区,居民林本玉笑着说。

此前,社区开展了多场“星空夜话”活动。大家聚在一起,问想画什么,喜欢什么风格。有居民提出:小区老人小孩多,画点卡通的更亲切。建议很快被采纳。社区联合专业绘画团队,结合居民想法反复调整方案。

“从设计到绘制,我们全程坚持民意导向。”南荷社区党支部副书记王亮生说。如今,彩绘墙成了邻里交流的“纽带”。大家路过都会聊聊画里的内容,关系也更亲近了。

住在彩绘墙边的张阿姨感慨:“以前这墙又脏又破,谁都不愿靠近。现在一开窗就是漂亮的画,心情都好了。”从“政府干、群众看”到“群众点单、政府落实”。潜江在“山墙文化”建设中,践行共建、共治、共享的理念。

一墙一风景 一画一故事

走进潜江的街巷,你会发现:每一面墙都有自己的“性格”。小南门社区石油小区,曾经“灰秃秃”的围墙早已焕然一新。卡通动物、童话场景,让沉寂的角落鲜活起来,成了孩子们的“快乐天地”。

“孩子每天放学都要带同学来拍照,还炫耀‘这是我们小区的墙’。”居民蔡明霞笑着说。

园林街道兴盛路小学旁,墙绘师罗麟正挥毫泼墨。“手不释卷”“夸父追日”等成语典故,被搬上墙面。“这不仅是街景,更是孩子们的露天课堂。”现场一名教师说,学生放学路上的每一次驻足,都是文化传承最生动的注脚。

为规范有序,潜江精心编制《潜江市城市小区“山墙文化”工作指引》。因地制宜,一墙一韵。每一面墙,都成为独一无二的文化名片。

墙上“文明课” 润物细无声

在潜江,墙是会“说话”的。走进太丰社区保驾岭小区,一面“文明墙”格外醒目。反诈知识、垃圾分类、文明养犬……内容巧妙融入墙绘,图文并茂,通俗易懂。

“以前发宣传册,效果一般。现在画在墙上,天天看,天天记,什么都管用。”居民严超说。

潜江还将曹禺戏剧文化、龙虾特色产业、水乡生态风光、红色革命记忆等元素,融入城市建筑立面改造。一面墙,既是风景,也是课堂。它们润物无声,滋养着城市的精神气质。

墙绘有温度,街巷有花香。园林街道推进“满城芳华”行动。利用墙体、围栏打造“垂直花园”,月季与格桑花交相辉映。

“以前出门看的是旧墙,现在满眼都是美景。”马家台社区三组居民周丽花感慨。

为守护这份美,潜江建立长效管护机制,社区定期巡查,发现墙绘褪色及时修补;业委会、物业主动监督环境卫生;居民也自觉爱护,不再乱涂乱画。

从“一时美”到“长久美”,文化墙真正融入了潜江人的日常生活。



共享龙虾宴,让每一个完赛者都忘了疲惫。(湖北日报通讯员 关洪磊 摄)



女子组冠军伍玲点餐潜江龙虾。(湖北日报通讯员 关洪磊 摄)