

跑一场『恩马』爱上这座城

恩平半马故事多



恩平半程马拉松选手们合影留念。

这是一场专业的赛事比拼，这也是一场欢乐的奔跑盛会。只要热爱生活、努力奔跑，你总能找到属于自己的美丽故事。2024 恩平温泉半程马拉松里，就有许许多多生动有趣、温暖动人的小故事。这些小故事就像一个个小火苗，温暖一座城，点亮万颗心。

文/图 江门日报记者 谭锦波 胡伟杰 周晓莹 吴健争 梁晓敏 张安怡(署名除外)

他们，被恩平美景、美食“圈粉”

赛道上，选手们疾驰的身影与恩平美景交相辉映，共同勾勒出一道亮丽的风景线。本次赛道路线将恩平的自然风光与人文景观完美融合，途经锦江大桥、四好农村路、广东花海欢乐世界等地标性建筑物，可谓是“一步一景”。赛事不仅设有10多个补给点，方便参赛选手沿途补给饮用水及食物等能量，还在终点等地安排了恩平濠粉、金山芋粉、毛薯、番薯、玉米等恩平传统美食点，“俘获”了众多参赛选手。

“真的好香，我的口水都留下来了！太鲜美了，又Q又弹，我还想再吃一碗，天呀！”在赛后品尝了恩平濠粉后，夺得女子组冠军的郭

利亚开心地连连赞叹。冲着温泉和冯如来参赛的郭利亚自己也没想到，先被恩平美食“圈了粉”。郭利亚兴奋地表示，自己早就想来恩平玩了，尤其是对独特的冯如文化和温泉十分感兴趣。“冯如是中国航空之父，我觉得作为年轻一代，我们应该学习冯如先生的爱国、奋斗精神。本次马拉松的起始点就设在冯如广场，所以我特别想通过参加马拉松的方式来深入了解冯如先生的事迹。”

恩平半程马拉松开跑后1小时12分35秒，选手赖晓斌展开双手，压线冲刺，成绩定格。来自深圳的赖晓斌是一名职业马拉松教

练，他表示恩平半程马拉松赛道有挑战，但充满人情味，沿途风景美丽。“恩平这座城市我还会来。”赖晓斌细细道出对恩平的印象，把恩平的濠粉、角仔糍还有温泉列入自己的“打卡”安排表。

“今天天气挺好，一路的村民也很热情，我们跑得很开心！对了，还有那片花海！我看到那片花海好兴奋呀！跑步都有力了！”专门从珠海过来参赛的郑朝晖被赛道上的恩平美景所“俘获”，赛后依然兴奋不已。

来自广西北海的秦麟，跨越了420公里到恩平参赛后，兴奋地表示不虚此行：“恩平的环境很美，很

喜欢这座城市，这里的肠粉、濠粉都很好吃。”

来自湖南长沙的曹娟告诉记者，借着参赛的机会，她提前了几天来到恩平，深度体验了恩平的美景美食和文化景点后连连点赞：“恩平的文化气息很浓，很喜欢这个城市，下次还来。”

“以前大家说到马拉松，刻板的印象就是咬着牙根坚持一路奔跑。其实现在我们是享受比赛，跑温泉半马、品恩平美食，欣赏沿途美丽的格桑花海和田园风光，恩平温泉半马太赞了！”一名参赛选手说。

他们，是比赛现场的“显眼包”

在每一场马拉松中，除了冠军受瞩目外，“显眼包”也同样值得期待，恩平温泉半马的“显眼包”在这个冬天也同样“惹火”。例如“小兔子”形象的江门狂飙马拉松俱乐部，他们统一头戴白色“兔子耳朵”、身上系着蓝色气球，在人群中脱颖而出，极具活力。还有穿着小熊玩偶服的跑者冲过半马终点，也赢得了大家的喝彩声。而在此次欢乐跑方阵中，更是充分展现了欢乐的氛围：有全粤剧造型上阵的“文艺范”，有龙虾、青蟹、马铃薯、柠檬矿泉水等人物造型的“呆萌范”，有举着气球长龙造型的“喜庆范”，还有肩上系着翅膀气球造型的“精灵范”……

跑者们用彰显个性的造型烘托比赛气氛，在这场马拉松中汇聚成了欢乐的海洋，为这座城市增添了斑斓的色彩。



2024恩平温泉半程马拉松欢乐奔跑。徐卫良 摄

本次欢乐跑赛道沿途，组委会还精心策划了系列精彩纷呈的氛围表演。威武雄壮的醒狮、动感活力的啦啦操、悠扬典雅的器乐表演、热情洋溢的拉丁舞、激情四射的乐队演唱、天真可爱的儿童舞蹈。这些氛围点不仅是赛事的点缀，更是恩平这座侨乡活力之城的生动展示。

跑完一场赛，爱上一座城。恩平的美景美食，恩平人民的热情好客、温暖贴心，让众多选手纷纷表示“下次还要来！”

他们，跑出了浓浓的乡愁

“这次回到家乡参赛，这种感觉太熟悉太激动。”“我是特意从学校回家乡参赛的，明天我又要赶回学校备考了。”广东金融学院大三学生郑杰和与广东财经大学大三学生李东原同是恩平市大学生联合会成员，得知恩平要举办温泉马拉松赛后，他们纷纷从学校赶回家乡，组队“刷”半马。“能在家乡参加马拉松是非常幸运和幸福的事

情。”“一路上听到乡亲们用恩平话给我加油，这种感觉太亲切了。”郑杰和李东原，激动地表达着在家门口参赛的喜悦感受。

“恩平，加油！”赛后，岑茂林和钟燕红面对镜头激情地为家乡“打CALL”。岑茂林和钟燕红都是恩平市马拉松跑团的队员，岑茂林跑过30多场马拉松，钟燕红也有多次马拉松跑步史。和以往参加的

比赛不同，这是他们第一次在家乡参加马拉松赛事。“非常激动！听到恩平要举办马拉松比赛的消息，我们感到十分激动。”岑茂林还是本次赛事2小时45分的配速员，他们对家乡赛事的后勤、补给、线路赞不绝口，而恩平的马拉松跑团在赛前已经非常期待本次赛事，队员们都积极报名，享受“家门口”的这场盛会。

今年65岁的参赛选手吴苏年

是恩平市良西镇人，退休后定居在江门市蓬江区。作为一名跑步爱好者，得知家乡举办半程马拉松赛事，他特意回家参赛。“在家参加马拉松比赛感觉就是截然不同，在这里可以见到熟悉的场景、熟悉的乡音、熟悉的味道，还有熟悉的人。”虽然已经65岁高龄，但吴苏年依然坚持运动，每隔一天就会跑5公里锻炼身体。

他们，用手滑动轮子“跑”

“这是我今年参加的最后一个马拉松了。”来自中山的参赛选手梁伟枝在朋友陪跑下冲过了终点，梁伟枝的参赛方式有些特殊，由于下肢不便，他坐在轮椅上，用手滑动轮子“跑”马拉松。“这次半马我只求完成，不求成绩，只想过来

一边享受运动，一边感受恩平美景。”梁伟枝说，接下来他计划在恩平游玩一两天，好好感受一下温泉魅力和恩平美食。

恩平人谭劲胜也是一名轮椅选手。此次比赛，他以3小时配速员身份加入，并在终点处完美“卡点”，一

秒不差的以3小时时间完成比赛。阳光、自信和健康的形象让谭劲胜备受欢迎，无论在起点还是终点，大家都抢着跟他合照。“我很开心能给大家带来一点积极的影响，也希望和大家一起进步。”谭劲胜笑着说。

他们，用爱温暖人心

随着关门时间到来，恩平温泉半程马拉松也正式落下帷幕。来自阳江的参赛选手马小姐“压哨”完赛，成为恩平温泉半马最后一个完赛的选手。赛事组委会为这个特别的“第一名”送上鲜花，为她不屈不挠坚持完成比赛的体育精神点赞。“很惊喜！没想到跑最后也有花。”收到鲜花的马小姐被这份有爱的心意深深打动。“这不仅体现对参赛选手的尊重，也体现对体育精神的尊重，是马拉松这项运动的最好注脚。”恩平温泉半马

组委会相关负责人说。季军选手陈艳芬跑过终点后，突然转身走向观众席，一把抱过自己的孩子，同为选手的丈夫也走过来，一家三口紧紧抱在一起庆祝完赛。这个温馨的举动让现场瞬间沸腾了起来。

同样温馨一幕也发生在半程马拉松终点处。一个女选手牵着穿着小熊玩偶的丈夫一同冲线后，女选手深情拥抱了自己的丈夫，引起现场阵阵掌声和欢呼声。半程马拉松终点处，一对来自

广州的年轻夫妻推着婴儿车带娃跑过终点，让这位年仅4岁半的“小选手”坐着婴儿车轻松“躺赢”半马。小朋友名叫周维桢，妈妈许爱霞说，她和丈夫都热爱跑步，跑龄有10多年了，这次是生娃后第一次跑马。“恩平的风景好美，观众的欢呼声很给力，动力十足，补给方面也很流畅，等一下我们会去泡一下温泉。但是今天风好大，带着儿子跑马拉松好累呀！”许爱霞开心讲述参赛经历的同时，忍不住吐槽自己儿子这个“甜蜜的负担”。

他们，以“童眼”观“恩马”

全城瞩目的体育盛事，怎么少得了本报青苹果五邑小记者的身影。

本次活动共召集了恩平市6个青苹果五邑小记者参与采访，来自恩平市街道办事处中心小学的陈奕欣、李欣欣，恩平海外联谊学校的曾涵和恩平市成德小学岑思芮组成“体验组”，她们以选手的身份参加欢乐跑，在比赛

的同时对沿途的人和事进行新闻采访；来自恩平市乐成小学的刘逸希和恩平市成德小学的黄紫欣则组成了“采访组”，以“童眼”观“恩马”的角度，带领市民朋友们欣赏欢乐跑的沿途风光。

为了更好地完成采访任务，6位小记者赛前参加了专业的采访培训，做好了充分的准备。比赛当天上午6:30，小记者们在大赛的起点集合完毕，手拿麦克风，身穿鲜艳红马甲，迅速投入采访状态。随着起跑的鸣笛声响起，小记

者们一同迈开了欢乐的步伐，各司其职，发现和记录本次欢乐跑的精彩瞬间。

“请问您今天几点到岗？”“现在已经跑了五公里了，您觉得累吗？”……沿途的后勤保障人员、参赛选手、节目丰富的氛围点都是“体验组”的小记者们采访的对象。“现场采访没有我想象中顺利，比我上台做小主持还要难，好紧张。”陈奕欣表示。“现场的舞狮给参赛

者们加油！前面就是终点了，一定要坚持噢！”“现在我看到选手们都在奋力奔跑，充分发挥自己的实力……”“加油，你们是最棒的！”“采访”组的小记者把镜头对准了赛道的选手们，并化身气氛组为选手们加油。



作为轮椅选手的谭劲胜(中)与其他选手的合影。



恩平半程马拉松完赛后，选手拍照留念。



外地跑友晒奖牌。