

连续两届市运会包揽“三项第一”

解密江岸区体育代表团的夺冠密码



江岸区篮球队在市运会群众体育类篮球比赛中夺冠。



江岸区棒球垒球项目在全市领跑。

11月3日,武汉市第十二届运动会圆满落幕,江岸区体育代表团以绝对优势包揽青少年体育类金牌、奖牌、积分三项全市第一,并荣获群众体育类项目全市第二名,同时摘得体育道德风尚奖、后备人才贡献奖等荣誉。继4年前在市十一运会实现“大满贯”后,江岸区再次以亮眼成绩印证了其青少年体育后备人才培养体系的强大实力。这份答卷的背后,是江岸区多年深耕体教融合、构建人才矩阵、以赛促练的“夺冠密码”。

密码一

矩阵化青训体系,打造人才“蓄水池”

10月29日,在市运会田径男子U17组100米决赛中,来自武汉市第六中学的胡家诚轻松夺得冠军。在今年4月的亚洲U18田径锦标赛上,胡家诚随中国队夺得男子异程接力金牌,创武汉市本土运动员洲际田径赛事纪录。

武汉市第六中学、武汉市第二中学、武汉市汉铁高级中学、武汉市第二初级中学、武汉市第六初级中学、武汉市七一中学都是江岸区田径传统项目学校,这次市运会田径比赛,他们均派出了众多有竞争力的学生代表江岸区参赛。江岸区业余体校校长高峰告诉长江日报记者,近年来,为进一步推动青少年体育工作,提升区域青少年体育竞技水平,江岸区围绕促进青少年健康成长和培养竞技体育后备人才两大任务,巩固和拓展业余体校、学校、社会体育俱乐部三大阵地,构建和完善健康促进、青训、竞赛三大体系。在2025—2026年度武汉市青少年体育后备人才基地评审中,江岸区业余体育学校成功申报9个市级基地,其中

羽毛球、乒乓球、篮球3个基地获评“优秀”,优秀基地数量居全市首位。

据悉,为备战本届市运会,江岸区提前布局、广泛动员。其中,青少年组共参加31项赛事,涵盖少儿组19项和社会俱乐部组12项,总参赛人数突破800人。同时,江岸区持续巩固传统优势项目:乒乓球、羽毛球、篮球、田径等项目表现稳定,成绩突出,为本次市运会取得好成绩打下了坚实基础。

密码二

体教融合全面开花,校园成人才“孵化器”

江岸区将体育深度融入教育体系,构建“国家级体育传统校+省级菁英基地+市区级特色校”的多层次阵地。目前,全区拥有国家级体育传统项目学校2所、全国足球特色学校12所、市级体育传统特色学校34所,并成为全省首批体教融合示范区。

依托中小学和青训基地的同时,江岸区还成立了青少年体育俱乐部,充分调动社会力量参与青少年业余训练的积极性,让更多适龄青少年有了参加比赛、积累经验、提高水平的机会,从而实现了在国际级和国家级赛事中的多项突破。

近几年来,出自江岸区青训体系的优秀青少年运动员四面出击,屡创佳绩。来自武汉市第二中学的毛慧馨、武汉市第六中学的汤烨宣凭借出色表现,成功入选中国田协协会2025年在北京体育大学举办的田径短跑精英训练营,未来发展值得期待。乒乓球运动员张卜凡代表湖北队参加2025年全国少年乒乓球锦标赛(南方赛区)获得团体第二,成天航代表湖北队参加第十五届全运会进入青年组团体决赛。

羽毛球项目同样成绩斐然,魏屹峰曾在全国U12—14羽毛球比赛北方赛区夺得男团第三名,并在湖北省羽毛球锦标赛中一举斩获男团、男单及男双三项第一,展现出全面的技术能力。杨博溟、白子金、柯沐轩、段妙雪、李宜昕、饶思悦等运动员亦在全国比赛中多次跻身前八,并在省级赛事中屡获各组别冠军,体现出江岸区羽毛球项目整体实力的持续提升与人才厚度的不断增强。

武汉市第二初级中学周韦峻淇入选中国排球队,出战在巴林举行的亚青会,这是该校第一个从篮球项目转项排球并入选国字号的运动员。武汉六中男子篮球队员范昭宇,杜柏霖代表湖北省出战第十五届全国运动会,向荣坤则在首届全国学生青年运动会中获得金牌,并与范昭宇一同代表湖北参加首届全国三大球比赛,最终取得第五名的成绩。此外,从武汉市第六初级中学篮球队走出来的熊皓宇、张浩哲已成功加入NBL武汉职业队,正式步入职业篮球发展阶段,进一步体现出江岸区在篮球后备人才培养上的系统布局与持续成效。

密码三

参赛办赛双轮驱动,积极推动全民健身

江岸区在青少年体育方面的成绩骄人,在群众类体育项目上同样表现亮眼。经过数月鏖战,江岸区代表队在市运会群众组比赛中勇夺金牌、奖牌、总分榜中心城区第二名,刷新了江岸区参加市运会群众体育类比赛的历史。此项佳绩的背后,是江岸区多年来扎实有效的群众体育工作和日益坚实的全民健身基础。

据介绍,近年来,江岸区依托“大江金岸”

杯篮球、足球、羽毛球联赛及校园足球联赛,打造区级品牌赛事矩阵,同时积极征战全国U系列赛、省市级锦标赛,以赛代练、以赛选才。在今年的汉超比赛中,江岸区足球队成为大汉口赛区“一哥”,这支球队的大多数主力便是从一年一度的“大江金岸”杯足球赛中选拔出来的。

通过持续举办足球、篮球、羽毛球等大型全民健身活动,江岸区积极构建“月月有主题、月月有活动”的常态化机制,推动全民健身理念深入人心。同时,江岸区通过区融媒体中心、街道宣传栏、微信公众号等多平台联动,广泛宣传科学健身知识、宣传特色赛事,有效提升了全民健身工作的知晓率、参与度和满意度。

本届市运会,江岸区还成功承办了市运会青少年体育类足球(男子)中心城区组、篮球、网球、棒球垒球等4项赛事,以及群众体育类五人制篮球与足球(汉超)两项比赛,保障了市运会的顺利推进,展现出该区在赛事组织与执行方面的专业能力与责任担当,并进一步推动全民健身与竞技人才选拔的良性互动。

展望未来,江岸区体育局相关负责人表示,将重点跟踪扶持“市优苗”计划入选者,通过科学训练和动态管理确保人才持续涌现。随着体教融合实践深化、赛事体系完善和社会资源汇聚,江岸区正朝着“全国青少年体育高地”的目标稳步迈进,为武汉竞技体育发展注入更强劲动能。

连续荣获市运会青少年体育类“三项第一”,江岸区再次用事实证明:体育后备人才培养没有捷径,唯有体系化布局、专业化深耕、社会化协同。市十二运会的辉煌战绩,既是过往努力的结晶,更是未来征程的起点。

(长江日报记者张琳 通讯员曹景 肖思娟)

我与“光马”的故事

人生一定要跑一场光谷马拉松

“人生如果要跑一场马拉松,那一定是光谷马拉松。”谈到对光马的印象时,杜江这样说。2013年10月,32岁的杜江离开广东来到武汉光谷,入职联想武汉产业基地。杜江至今还清楚地记得,那一年,地铁2号线终点站还只到光谷广场,出了地铁站,路边巨幅广告牌写着——武汉·中国光谷。

2019年3月,杜江所在公司报名参加东湖高新区举办的跑步活动。活动前20天,为了跟上节奏,他每天下班后骑单车赶往武汉工程大学操场训练,从最初1公里的气喘吁吁,到3公里稳步前行,10天后顺利完成了5公里赛程。这次经历让他爱上了跑步,奔跑距离从10公里、15公里不断突破,到慢慢可以跑完半马21.0975公里。

遗憾的是,杜江错过了2019光谷半马的报名,这份遗憾一直延续到2023年,那年他终于幸运中签了光谷半马项目,“当时确实是羡慕死了周围的一大群人,光谷马拉松,只有你真正站上了它的赛道,才能感受到它的与众不同和独一无二。”奔跑途中,光谷转盘、星河广场、马蹄莲……每一处独特的地标都在不断提醒他:这里是中国第一根光纤、全球首款128层三维闪存芯片、全球首个10千瓦激光器的诞生地。

“把实验室里的0到1,跑成赛道上的0到42.195公里;再把42.195公里的汗水,折回实验室里的下一个0到1。”杜江写下的这句感悟,用自己的语言诠释了光谷马拉松的精神内核——将科研人员“敢第一个吃螃蟹”的血性,转化为发令枪响后勇往直前的脚步。

如今,跑步已成为杜江生活的一部分,他经常在下班后从高新四路的公司跑到光谷生态大走廊,然后折返回来。“有一次因为天气较热,中途想停下来休息的时候,一辆路过的电动车主人冲我挥手,嘴里喊着‘加油’。那一刻,我突然明白:城市不会说话,但它会用风雨、用霓虹、用陌生人的挥手和一声加油,陪你完成所有看似孤独的坚持。”

扎根光谷生活12年,令杜江印象最深的就是光谷日新月异的变化。“路更长,产业更新,城市更‘绿色’,生活在光谷越来越幸福。光谷是一块值得奋斗的热土,在这里能看到,付出就有收获。”

2025光谷马拉松,杜江遗憾未能中签。不过,11月16日他会和朋友一起去光马现场为选手们加油呐喊,实现从参赛者到观赛者的角色改变。因为在他看来,马拉松拱门从来不是终点,而是城市递来的“邀请函”,邀请每个人把“以后”改写成“现在”,把奔跑节奏融入生活日常。“光谷马拉松,我愿意每年陪伴,让我们一起把城市的轮廓,跑成自己的形状。”杜江说。

(长江日报记者张琳)

在“光马”完成人生挑战

2021年,因长期伏案工作,方晶晶的身体状态不是很好。就在他对身体状况感到焦虑时,一位朋友的跑步视频让他看到了新的可能。“那是我第一次直观感受到运动的力量——汗水能冲刷掉身体积累的疲惫,多巴胺还能驱散心里的阴霾。”他说。

带着这份触动,方晶晶在次年正式开启了跑步生涯。最初的起点并不高,他从2公里“龟速”跑起步,动作像初生雏鸟般笨拙,却始终保持着坚定的节奏。“当时完全没想过,这场偶然的尝试会变成贯穿人生的修行。”

回忆起初期的挑战,方晶晶坦言并不轻松:跑5公里需要中途停歇数次,配速慢到被跑友调侃是“散步式马拉松”。但正是这份不放弃,让每一次进步都显得格外珍贵。“哪怕只是多跑100米、配速快10秒,那种突破带来的惊喜,是其他事情很难替代的。”

2023年8月,方晶晶报名了光谷马拉松半马项目,并且幸运中签。两年半的备战时间,让他信心十足地在这条充满激情及活力的赛道上挑战自我,他也顺利拿到了光谷马拉松赛事的完赛证书。“这段含泪奔跑的经历让我明白:马拉松不仅是体能的较量,更是精神的锤炼。赛道上的急救跑者、志愿者和观众,用笑容与掌声为跑者注入能量,让我懂得马拉松是‘聚能场’,更是‘治愈场’。”

今年,方晶晶将再次站上光谷马拉松的起跑线,这一次,他的目标是42.195公里的全程马拉松,挑战全新自我。回望四年奔跑路,那些晨跑时掠过的城市天际线、赛道上交织的汗水与掌声,早已融入他的生活日常。

“期待与光谷马拉松一起变强,期待更多人加入奔跑行列。无论你是为了健康还是想挑战自我,只要迈出第一步,就已经跑赢了过去的自己。”他说。

(长江日报记者张琳)

“我与光马的故事”征集活动持续进行

光谷马拉松组委会联合长江日报发起“我与光马的故事”征集活动持续进行中,欢迎市民和跑者分享光马备赛经历、与光马的感人故事或与光马共同成长的个人经历。

参与方式:参与者可以在11月18日前,将自己与光马的故事,用图片+文字的方式发送至邮箱cjbydwh@163.com,邮件命名“光马故事+姓名+联系方式”。相关故事作品将有可能刊登在长江日报或光谷马拉松官方平台。活动结束后,将评选10位“2025光谷马拉松互动福利官”,每人送出运动耳机一份(款式随机,具体以实物为准)。

共赴山野绿道

以户外运动的方式打开最美秋天



中国城市户外运动挑战赛走进江夏(资料图片)。

2025中国·武汉家庭户外挑战赛

时间:11月9日

地点:江夏区大花山、青龙山环线绿道
此项赛事沿途穿越大花山、青龙山自然核心区域,终点为大青八户外运动村。来自全国近30个省区市的3000余名户外运动爱好者,将参与8.5公里和14公里两个组别的户外越野场地障碍赛。参赛选手的参赛包里,将有参赛T恤、头带、号码布、康师傅干吃面、金豆芽儿童饮料、海之盐饮料等补给品。完赛后,各组前16名选手均可领取奖品。其中,8.5公里(花山探趣)项目和14公里(青龙挑战)项目前三名将分别获得涂银穹顶天幕1顶、300克羽绒睡袋1个、自动双人充气垫1个,第四名至第八名将分别获得电脑包1个。

2025中国城市户外运动欢购生活荟

时间:11月7日至11月9日

地点:大青八户外运动村
欢购生活荟以“户外+消费+体验”

为核心,采用室内外融合布局,覆盖山地运动、露营生活、水上活动、骑行运动四大核心领域,划分野趣户外专区、户外生活快闪、乐享运动区、风味特产专区、能量补给点五大功能区域,形成全链条户外消费生态。参与者在体验户外赛事激情的同时,一站式接触户外产业前沿产品与服务。露营装备、骑行配件,以及北面、耐克、斯凯奇等运动品牌都将参与活动,现场还将有冰雪运动知识科普与趣味体验,并搭建地方农产品特色消费场景,进一步激活体育消费潜能。

2025中国城市户外运动金秋露营季

时间:11月7日至11月9日

地点:大青八户外运动村

本届金秋露营季区域将设置帐篷露营区、体育嘉年华等区域。现场可参与趣味飞盘、陆地划船、臂力挑战、指压板大挑战、原地踏步走、仰卧起坐套圈等项目,收集印章兑换奖品。