



本报讯(记者 王际宾 翟宝宽)新年长跑展风采,健身逐梦向未来。1月1日上午,2025年郑州市第三十八届元旦长跑活动在市奥林匹克体育中心举行。市长何雄宣布活动启动,并与现场近万名市民群众一道参加健康长跑,在运动中畅享健康快乐,以奔跑的姿态开启活力满满的2025年。

省体育局副局长孙晓红,市领导路云、陈明、蒿铁群、陈红民、翟政等参加活动。

冬日暖阳下的奥体中心宏伟壮观,起跑仪式现场彩旗飘扬、人声鼎沸,处处彰显着运动的活力。由近万名来自各机关企事业单位、知名企业和社会组织的长跑爱好者组成的长跑队伍欢聚于此,整装待发。随着清脆的发令枪响,大家迈着矫健的步伐冲出起跑线,浩浩荡荡的长跑队伍穿过奥体中心、美术馆、博物馆、大剧院等郑州文体地标建筑,在享受运动快乐的同时,也领略了这座城市的独特韵味。洋溢在大家脸上的欢乐笑容,让冬天的绿城暖意融融、活力满满。

元旦长跑活动是深受广大人民群众和体育爱好者欢迎的传统群众体育项目,是我市每年辞旧迎新的城市品牌活动,已成为展示市民群众昂扬精神风貌和城市形象魅力的重要平台,此前已成功举办37届。本届活动由郑州市人民政府主办,分为3公里全民健身组和10公里竞赛组两个组别,旨在全面落实全民健身国家战略,推动我市群众体育健身活动深入开展,加快建设国家全民健身模范市,激励全市人民以昂扬向上、奋勇向前的良好精神面貌,为郑州国家中心城市现代化建设作出更大贡献。

长跑后,何雄一行来到奥体中心体育场,与市民群众一起参观非遗集市、体验趣味运动,共庆元旦佳节。

全民健身迎新年 郑州市第三十八届元旦长跑活动圆满举行

2025

以奔跑的名义开启元气满满的2025年,在“元旦运动奇遇记”中跨越时光感受体育的魅力……1月1日,2025年郑州市第三十八届元旦长跑活动和郑州市首届全民健身运动会在郑州奥体中心激情上演。万人欢聚一堂,在长跑和健身嘉年华中,享受欢乐、祥和、健康的元旦假期,喜迎崭新的一年。

动起来 精彩郑



元旦长跑活动开跑



男子10公里跑第一名冲线



女子10公里跑前三名领奖

跑起来 新年第一跑,活力满满

2025年郑州市第三十八届元旦长跑活动和郑州市首届全民健身运动会由郑州市人民政府主办,市委宣传部、市委直属机关工委、市体育局、市公安局、市卫健委、市国资委、市总工会、团市委和中原区人民政府共同承办,郑州郑马体育文化传播有限公司、郑州文化旅游和体育集团有限公司运营。

1月1日上午9点,参加本届元旦长跑10公里竞赛组的选手率先出发,一个个活力四射的身影汇聚成移动的巨龙,描绘出体育郑州的生动画卷。紧随其后,3公里全民健身组鸣枪,来自我市机关企事业单位、社会团体的长跑爱好者,迈着矫健的步伐踏上赛道。近万人组成长跑队伍浩浩荡荡一路向前,人们身着鲜艳的运动装,脸上洋溢着自信和喜悦,尽管他们的年龄和职业各不相同,但此刻都拥有一个共同的目标——通过长跑,迎接新的一年,挑战自我,追求健康。只见长跑队伍如同一条串

联起城市记忆的“珍珠项链”,穿越城市的繁华与宁静。选手们跑过奥体中心、美术馆、博物馆、大剧院等郑州文体地标建筑,领略了这座城市的独特韵味,见证了这座城市的发展与变迁。他们如同万朵鲜花傲然绽放,让冬日的绿城暖意融融、活力满满。

“在奔跑的过程中,我感受着心跳与呼吸,每一步都充满了力量。我看到了不同年龄段的人们,他们都怀揣着对健康和生活的热爱,共同参与到这个活动中来,大家互相鼓励、互相支持,共同前进。每一个人的汗水都在阳光下闪耀,每一个人的笑容都充满了希望。当冲过终点线的那一刻,喜悦和成就感涌上心头。这不仅是一次身体的锻炼,更是一次心灵的洗礼。人们在长跑中释放了压力、收获了自信,也更加坚定了对未来的信念。”刚刚完成元旦长跑的韩枫桦一边擦着脸上的汗水,一边迫不及待地分享他的心得体会。



大家与舞狮互动



小朋友骑着自行车通过终点



市民参加全民健身运动会



非遗文创产品展览

玩起来 运动嘉年华,创意满满

如果说在郑州奥体中心外围举行的元旦长跑活动诠释的是竞赛的紧张与激烈,突出“跑起来”的主题,那么在郑州奥体中心体育场内进行的郑州市首届全民健身运动会演绎的则是全民运动、全民共享的多彩与欢乐,突出“玩起来”的创意。

郑州市首届全民健身运动会如同一个运动嘉年华,融合了赛事、运动体验、非遗、企业展示等多种元素。参与者在这场“元旦运动奇遇记”里,通过游园打卡的形式将体育项目融入人生成长阶段中,以此将“人生加油站”分为“健康启航站”“筑梦成长站”“新

颜美丽站”“浪漫爱情站”“快乐幸福站”五大站点。每一名参与者在五大站点尽情打卡互动,惬意体验自行车慢骑、趣味投篮、趣味飞盘、趣味高尔夫、冰壶大作战、足球标靶等10项趣味运动,集齐印章后还可领取礼品盲盒。

活动现场,舞狮表演、戏剧快闪等传统节目将新年的喜庆氛围与中华文化的博大精深完美融合,让置身其中的人们都能欣赏到中华传统文化的风采。在新年非遗韵展区,中国结、面塑、漆扇、剪纸等非遗项目更是吸引了大家的关注,中国传统技艺的精湛令

人叹为观止。

“欣赏了这些非遗项目,让我更加珍惜和热爱我们的民族文化。中国结,以其独特的编织技艺和丰富的寓意,让我感受到了中国人民的智慧与创造力;面塑作品,则以其细腻的技艺和生动的形象,让我仿佛置身于一个五彩斑斓的童话世界;扇面上的漆画细腻而富有层次,色彩鲜艳而不失雅致,每一把扇子都仿佛是一件艺术品,让人爱不释手;剪纸艺术,则以其简洁明快、线条流畅的特点,让我感受到了中国传统文化韵味与魅力。”市民李洋洋动情地说。

2025年郑州市 全民健身活动正式启幕

岁序更替、华章日新,全民健身、步履不停。2025年的第一天,郑州奥体中心处处弥漫着元旦佳节的欢乐氛围和运动旋律,市民和选手在此留下了欢声笑语与美好回忆,这也将成为这座城市的珍贵记忆,激励着人们在新的一年里继续追逐梦想、勇往直前。

从第三十八届元旦长跑,到首届全民健身运动会,这些活动不仅为郑州

市带来了一场体育与文化的盛宴,更将进一步激发群众健身热情,引领市民科学运动,宣传郑州城市形象,推动我市全民健身事业蓬勃发展。随着活动的圆满举办,也标志着2025年郑州市全民健身活动的正式启幕,这座城市也就此踏上了加快推进“体育郑州”品牌建设、建设国家全民运动健身模范市的新征程。

记者 陈凯文 马健 李新华 徐宗福 王秀清/图