

# 跟着马拉松“锡游记”：赴江南樱花之约

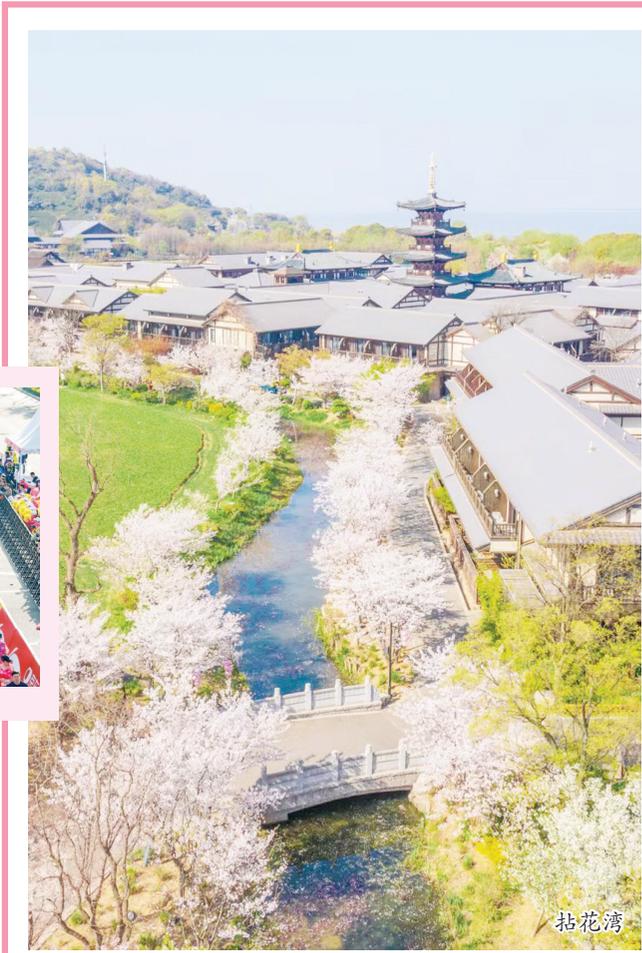
“锡马，我中签了！”2026无锡马拉松中签结果公布日，在南京跑圈小有名气的自媒体人阿正，在朋友圈“奔走相告”。

3月22日即将鸣枪开跑的2026无锡马拉松，以近50万人的报名量，刷新国内马拉松新高，其中，全马中签率仅11%，半马低至3%，一席难求，中签实属珍贵。而在奔跑之余，一探江南春景，也成为跑者和亲友团的共同选择。

扬子晚报/紫牛新闻记者 曹志娟 图片由受访者提供



鼋头渚



拈花湾

## 跑者的“白月光”： 去锡马，赴一场樱花之约

“锡马热度确实高！能在最美樱花赛道，体验一场‘人在画中跑’，我已等了太久！”阿正坦言，这些年，他征战过北马、厦马、南马等众多知名赛事，足迹遍布全国铁人三项赛场，但在长三角人气爆棚的“世界田联金标赛事”无锡马拉松，在樱花漫天的赛道纵情奔跑一次，始终是他心愿清单上的TOP1。

中签那一刻，他便预订酒店，规划在马拉松之后，带家人来一场无锡深度游。在他看来，令跑者心驰神往的锡马，魅力远不止独一无二的樱花赛道、高效细腻的赛事服务，更在于无锡这座江南名城温润灵动的山水与人文。他计划，赛后和家人在无锡赏樱游湖，逛逛园林古镇乐园，把江南的春天装进记忆里。

## 42.195公里赛道： 串起无锡美，步步皆景

以“中国最美春季赛道”享誉全国的无锡马拉松赛道，用42.195公里串起江南春日盛景。

从太湖大道隐秀路口启程，湖风拂面、绿意相随，浩渺湖光徐徐展开；跑至“中华第一赏樱胜地”鼋头渚，3万株樱花正在盛放，十里芳堤如粉雪长廊，在漫天飞樱中穿行，美不胜收；途经贡湖湾湿地公园，尽是生态野趣；跑过立信大道，现代都市风貌尽收眼底，在太湖国际博览中心，跑者们迎来荣光时刻。

赛道之上，樱花与太湖相映成画，流动的江南长卷让全球跑者心向往之。赛道之外，无锡一步一景、处处皆韵，鼋头渚、蠡园山水相依，惠山古镇、南长街古韵悠长，东林书院、无锡博物院文脉深厚，拈花湾、灵山胜境、三国水浒城精彩纷呈。此外，无锡文旅“锡游寄”行李直送、暖心宠粉政策、入境游配套等服务，不断推陈出新，丰富的自然人文景致，叠加细致入微的文旅保障，让全球游客们对无锡这座城市倾慕不已。

## 最美江南·赏樱地图

无锡，一座兼具山水盛景与千年文脉的江南名城，在这里可赏山水秀色、品人文底

蕴、尝江南风味。

浪漫。

### 无锡太湖鼋头渚风景区

**推荐理由：**鼋头渚有3万多株樱花树，100多个品种，是国内规模最大、品种最全的樱花种植基地，3月樱花盛放时，宛如仙境。

### 拈花湾小镇

**推荐理由：**一到三月，拈花湾便化身“樱花湾”，轻盈樱花与禅意古建、小桥流水相映成画，诠释诗意江南。

### 三国水浒景区

**推荐理由：**在这里，古风建筑与烂漫樱花相融，可一睹国风古韵里的樱花雨。

### 惠山古镇

**推荐理由：**古镇的春申涧小径旁樱花枝桠交错，在头顶织就一片浩瀚樱花云，静谧又

### 尚贤河湿地公园

**推荐理由：**无锡首条紫色夜光AI有氧步道坐落于此，梦幻紫与樱花粉碰撞交融，别有趣味。

## 吃在无锡·甜润人心

尝一笼皮薄馅足的无锡小笼包，品一块甜咸适口的酱排骨，试一试鲜香软糯的油面筋塞肉，舌尖尽是江南独有的甜润滋味。

## 宿在无锡·枕梦江南

可入住南长街无锡云隐东方·莫宅酒店，闹中取静，推窗即见古城烟火；或择址拈花湾波罗蜜多酒店，这里毗邻灵山大佛、环球动漫嬉戏谷，禅意与闲适兼得。

## 以奔跑之名， 赏山水人文之美

### 南京半程马拉松

时间：3月15日

**推荐理由：**起点为南京青奥森林公园，再绕中新南京生态科技岛沿江堤奔跑，终点是环岛东路，选手们沿江奔跑，可尽情拥抱绝美江岛风光。

**推荐美食：**盐水鸭、牛肉锅贴、皮肚面

### 盐城马拉松

时间：3月29日

**推荐理由：**赛道延续“最美城市画卷”设计，以盐城奥体中心为起终点，沿途串联大铜马、新四军纪念馆、中国海盐博物馆、聚龙湖公园等核心地标。

**推荐景点：**中华麋鹿园、盐城丹顶鹤自然保护区

### 扬州半程马拉松

时间：3月29日

**赛事特色：**国内顶级半程马拉松，赛道串联瘦西湖、运河畔等地标，被誉为“烟花三月下扬州”的体验赛事。

**推荐景点：**瘦西湖、大运河博物馆



### 苏州环金鸡湖半程马拉松

时间：3月29日

**赛事特色：**赛道环绕金鸡湖铺开，串联东方之门、李公堤等地标，春日湖光与现代CBD交相辉映，补给很有苏式特色，是大众跑者冲击PB的优选。

**推荐美食：**苏式面、松鼠鳜鱼

### 淮安马拉松

时间：4月12日

**赛事特色：**赛道途经河下古镇、镇淮楼、钵池山公园、翔宇大道等地，在奔跑中感受淮安人文与自然交融的魅力。

**推荐美食：**淮安软兜、平桥豆腐

## 一场赛事、一树樱花，更是一封世界音乐之都的“邀请函”

当数万人奔跑在太湖波光 and 满城樱花之间，42.195公里赛道，已然超越体育范畴，如灵动的江南画卷，化身无锡递向世界的春日邀请函。跑者与亲友团的身影，会同慕名而至的游客，在樱花纷飞中带动各文旅景点，也撬动餐饮、住宿、文创等消费，为城市文旅注入发展势能。

自2025年央视春晚分会场亮相以来，无锡文旅市场持续迸发活力，2025年

1~11月接待游客1.58亿人次、旅游收入达811.72亿元，均实现两位数增长。而在春晚之外，无锡也正通过一场场赛事，一次次活动，放大城市的魅力与引力。

3月，无锡的春之邀约将多维绽放：无锡“国际月”暨无锡国际赏樱周将如约而至，樱花成为深化国际合作的使者；无锡荣膺中国首个“世界音乐之都”桂冠，催生“如歌的旅程”，将以音乐为纽带激活文旅新融合。

从一条赛道、一树樱花，再到一段乐章，无锡以创新整合资源的智慧，通过文商旅体联动发力，深度挖掘江南文化内涵，精心打造一系列闪耀的城市超级IP，将丰富的城市资源转化为发展优势，以开放之姿建设“世界格局中的无锡”。

曹志娟

记者手记

