

2025 春沐源大理小河淌水半程马拉松暨大理乡愁马拉松接力赛(弥渡站)完赛

□ 通讯员 杨宏 李加勇
周志 郭洁

9月21日,来自国内外的万名选手在弥渡同场竞技,2025春沐源大理小河淌水半程马拉松暨大理乡愁马拉松接力赛(弥渡站)圆满完赛。

开赛前,耍龙舞狮、花灯歌舞等文艺表演为赛事增添弥渡特色。上午7时30分,随着发令枪响,选手们精神饱满,跨越起跑线,奔赴一场酣畅淋漓的马拉松盛会。在一路弥渡民歌声中,他们穿过鲜花盛开的街道,用脚步丈量弥渡文化底蕴,感受城市的热情与活力。

随后,穿梭于生机盎然的毗雄河、丰收的稻田、风光旖旎的平坝海、金黄色的菊园,在赛道沿途美景中角逐前行。

赛道以“绿美+音乐”为底色,沿途设有音柱,循环播放《小河淌水》《弥渡山歌》等弥渡民歌,自然生态、人文底蕴以及科技农业完美交织,为跑友打造“人在画中跑”的实景体验。

最终,肯尼亚选手 Gachaga Kelvin Kariuki 以 01:04:15 的成绩夺得半程马拉松男子组冠军并破赛会纪录,蒋金志以 01:07:01 的成绩获得亚军,倪跃杰以 01:07:56 的成绩获得季军;肯尼亚选手 Kamunya Alice Njoki 以 01:14:27 的成绩夺得半程马拉松女子组冠军并破赛会纪录,蒋洪美以 01:17:07 的成绩获得亚军,周文香以 01:18:01 的成绩获得季军。

蒋金志、倪跃杰、张晓鸿分别夺得

半程马拉松中国籍男子个人组冠军、亚军、季军;蒋洪美、周文香、陈俊来分别夺得半程马拉松中国籍女子个人组冠军、亚军、季军。

本次赛事竞赛组织更专业,医疗救援更安全,文化活动更丰富,赛道补给更专业,交通保障更周全,志愿服务更优质,获得参赛选手一致好评。

跑友代从成说:“赛前我经过两次赛道训练,今天天气非常给力,一路跑下来还是比较舒适的。今天也达到了目标,完赛成绩是1:13:39。”

倪跃杰说:“我今年的成绩比去年提升了10多秒,还是很开心的。赛道很美丽,观众也很热情。”

来自云南腾冲的杨定荣以出色成绩斩获半马女子组第4名。杨定荣说:“今天的天气很凉爽,赛道总体感觉平坦,设计合理,颜色醒目,补给也特别充足,办得很用心,今后我还要继续来参与比赛。”

来自红河州蒙自市的参赛选手陆云说:“我对自己的成绩感到满意。赛道特别美,当地人特别热情,很多优秀的跑者都在这个赛道一起奔跑,还是挺激动的。”

据悉,本届赛事是中国田径协会认证的A1类赛事。由云南省体育局、大理州人民政府主办,大理州教育体育局、中共弥渡县委、弥渡县人民政府承办,云南省路跑协会监管,博捷体育运营,大理春沐源农业科技有限公司冠名。赛事设半程马拉松和欢乐跑两个项目,半程马拉松和欢乐跑规模均为5000人。



参赛选手参加半程马拉松项目。(摄于9月21日)
[图片由弥渡县融媒体中心提供]



参赛选手在风景优美的弥渡县平坝海赛段奔跑。(摄于9月21日)
[图片由弥渡县融媒体中心提供]



大理春沐源农业科技有限公司的七彩樱桃小番茄吸引了广大参赛选手。(摄于9月21日)

2025春沐源大理小河淌水半程马拉松举办期间,弥渡县精心组织“最后一公里”特色商品展,为跑友和游客打开一扇了解弥渡丰富物产与独特文化的窗口,让他们充分感受弥渡的多元魅力。
[通讯员 马素萍 张锴 摄影报道]

弥渡长街宴喜迎八方宾朋



八方宾朋在品尝弥渡长街宴。(摄于9月21日)

□ 通讯员 马翠萍 秦正良 文/图

9月21日,弥渡县推出“一节一赛”以来的第九场长街宴——极具特

色的“小河淌水弥渡乡愁宴”,迎接八方宾朋,让参赛选手与游客在赛事之余,品味弥渡味道。

开场场面十分热闹。“金龙银狮舞

得欢,八方宾朋共欢唱……”伴随着喜庆的吉祥话,龙狮腾跃舞动,身着节日盛装的人们唱起花灯,尽情展现“民歌之乡”“花灯之乡”的热情。

沿街绵延的百张竹篾方桌上,宴席核心“弥渡传统八大碗”悉数亮相:酸辣鲜爽的酸辣鱼、色泽红亮的红烧肘子、香酥可口的酥肉、米香浓郁的红曲粉蒸肉、软糯脱骨的小米排骨,搭配清润的排骨炖莲藕与香甜的八宝饭,令人垂涎。此外,四喜拼盘开胃解腻,泡皮竹笋、炒青豆清新爽口,青菜汤暖胃舒心,还有咸菜四味碟、米糕、杂粮饭及香酥梨,满满一桌尽显地道风味。

宾客们听着祝酒歌,品尝着弥渡美食。

“我第一次来的时候,没来得及品尝长街宴,今年时间充裕,终于可以来尝尝。”连续三年参赛的选手杜理慧说,这次不想错过独具特色的乡愁宴。

“弥渡人太热情了,处处都让人暖心,这趟弥渡行太值了。”第一次来弥渡

参赛的玉溪选手吴进妍感慨地说。

大理游客杨争也深有感触,她说:“今天来到了弥渡品尝长街宴,看到了不一样的文化,也看到了不一样的风景。”

“弥渡的美食相当丰富,色香味俱全,让人回味无穷。”陪女儿参赛的陈志江给予了高度评价。

据了解,“小河淌水弥渡乡愁宴”依托弥渡汉族传统宴席烹饪技艺,融合现代创新,精选猪肉、新鲜时蔬等原生态食材,经蒸、煮、炸、炒等多道工序打造而成。“八大碗”保留了传统宴席的讲究与仪式感,再配上乡亲们递来的热茶和彝族大姐热情洋溢的祝酒歌,大家吃的不仅仅是美食,更是弥渡浓浓的人情味。

弥渡县以小河淌水半程马拉松的举办为契机,充分发挥美食作为文化传播桥梁的重要作用,不断丰富“泡温泉 品美食 赏花灯”的文旅品牌IP内涵,让更多人通过味蕾认识弥渡、记住弥渡、向往弥渡,助推弥渡文旅产业“破圈”出彩。

大理市警方“跨境旅游服务包”创新服务破困局

本报讯(通讯员 施华伟)今年以来,大理市公安局出入境管理大队聚焦文旅企业办证难题,创新推出“跨境旅游服务包”,为大理文旅产业注入源源不断的动能。截至目前,出入境管理窗口累计办理中国公民出入境证件达19133件次,其中,办理护照11167件次,办理往来港澳通行证、往来台湾通行证及团队旅游签证7966件次。

在文旅产业蓬勃复苏的浪潮中,“旺季办证难”成为制约行业发展的难题。大理市公安局出入境管理大

队直击痛点、迅速行动,精心打造“专人对接、专窗受理、专线答疑、专策保障”的全方位服务体系。其中,“旅行社白名单”制度的试点推行,更是服务创新的一大亮点。旅行社只需提交办证需求和报备资料,出入境管理大队便会第一时间进行批量预审,提前与旅行社沟通协调,准备好办证所需的全部资料。这一系列举措的推出,使办证效率较以往提升了3倍,解决了旅游企业在旺季办证时的后顾之忧。

大理市成立退役军人志愿服务“苍山卫士”和“洱海卫士”分队

本报讯(通讯员 杨丽仙)9月18日,大理市举行退役军人志愿服务大队“苍山卫士”和“洱海卫士”分队成立暨授旗仪式。全市“苍山卫士”和“洱海卫士”中的50余名退役军人,正式加入市退役军人志愿服务大队的“苍山卫士”和“洱海卫士”分队。

据悉,大理市退役军人志愿服务大队“苍山卫士”和“洱海卫士”分队成立后,队员们将在苍山保护和洱海保护工作中,牢记初心使命,发扬军队优良传统,弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神,使“志愿红”与“生态绿”交相辉映。



在巍山县青华乡箐民村委会新合村发现的水晶兰。(摄于9月20日)

据了解,水晶兰是国家近危级珍稀植物,大多生长在海拔1600米至3200米的中高海拔针阔混交林和阔叶林下幽暗潮湿的环境里,一年有300多天都隐藏在地下,仅有40多天会露出地面开花结果。近年来,随着巍山境内的森林植被和气候越来越好,各地珍稀植物也逐渐增多,在巍山县鸟道雄关、巍宝山及青华、马鞍山等地密林中曾多次发现水晶兰的踪迹。
[通讯员 陆向荣 摄]

“精培优育”赋能干部成长

□ 赵田蓉

干部教育培训是建设高素质干部队伍的先导性、基础性、战略性工程,如何提升其质效,事关党和国家事业发展全局。当前,面对新形势、新任务,必须创新培训理念、优化培训方式、完善培训机制,真正让教育培训成为干部成长的“加油站”和“充电桩”。

在“因材施教”上下功夫,让培训内容“精”起来。干部教育培训要避免“一刀切”和“大而统”,要坚持按需施教、分类指导,根据不同领域、不同层级、不同岗位干部的特点和需求,建立健全干部能力素质精准画像机制,找准不同干部的需求靶向,按需定制培训方案。对于领导干部,要着重提升其“登高望远”的战略思维;对于年轻干部,要强化“脚上沾泥”的实践锻炼;对于专业干部,要注重“术业专攻”的能力提升,培训内容与干部成长同频共振,与事业发展要求同向而行。

在“形式创新”上求突破,让培训方式“活”起来。要积极探索互动式、案例式、模拟式、体验式等教学方法,推行“课堂+基地”“理论+实践”的培训模式,充分利用红色教育资源开展现场教学,把攻坚克难、乡村振兴、基层治理一线作为干部教育培训的生动课堂。同时,要推动领导干部上讲台

制度常态化,邀请先进典型、业务骨干、基层代表分享实践经验,让培训课堂既接“天线”又接“地气”,既有“高度”又有“温度”。

在“学用结合”上见真章,让培训效果“实”起来。推行“培训+调研”“学习+实践”模式,组织学员带着问题学、带着任务学,帮助干部找准改革攻坚中的堵点破解坐标,同步掌握政策落地的方法工具箱,实现知识储备更新与执行能力双重提升。推动学以致用见真章,把每一次培训沉淀为一项可复用的操作指南,确保教育培训真正取得实效,使干部教育的含金量最终体现在推动高质量发展的实效上,体现在增进人民群众获得感的笑脸上。

“为政之要,惟在得人。”高质量的教育培训是培养铸就忠诚干净担当的高素质专业化干部队伍的重要保障,要不断推进干部教育培训工作制度化、规范化、科学化,真正把教育培训成果转化为推动高质量发展的强大动力,为推进中国式现代化建设提供坚实的人才支撑。



公益广告

保护洱海 从我做起