

五月的风裹着枣花香掠过晋南大地,5月11日,5000+跑者在母亲节与马拉松的双重Buff加持下涌入稷山。

这座被网友戏称“山西最被低估的碳水天堂”,用千年古建、万亩枣林和全网刷屏的“稷山四宝”,上演了一场“体育+文旅”的破圈狂欢。

### 赛前探秘:穿越时空的硬核打卡

“三分钟!我要这个机位的全部参数!”5月10日下午5点,西安摄影师“奔跑的镜头”车刚停稳就冲进稷王庙。

夕阳穿透琉璃顶,石雕蟠龙柱的阴影在青石板上游走,他边调光圈边感叹:“元代建筑的压迫感太绝了!这波朋友圈九宫格必须封神!”

“00后”杭州妹子小鱼则解锁了“古墓探秘副本”。

钻进马村砖雕墓的地宫,手机电筒照亮宋代妇人启门砖雕的瞬间,她直接喊出:“救命啊!这光影氛围比《盗墓笔记》实景还带感!”地宫里的宋代簪花郎让人穿越时空体会古人的审美。

国家板枣公园的“稷山号”观光小火车成了流量密码。天津跑者老张拍下小火车穿越千年枣林的视频,配文“开往春天的列车开到山西版‘权游’片场了”,点赞秒破万。夜幕降临后,枣林里的赛前电音节更是让年轻跑者嗨翻,荧光手环与星空交织……网友辣评:“稷山文旅是懂年轻人的!”

### 赛道暴走:跑进国风纪录片现场

“刚过5公里就破防了!”

河南安阳远道而来的全马选手刘飞赛后复盘时仍激动:“跑进国家板枣公园那段路,千年古枣树群像活过来的兵马俑方阵,树皮纹路里都是历史包浆。”

这条被跑友称为“碳水赛道”的路线,串联起六大国保单位:稷王庙的木构榫卯堪称“元代乐高”,屋顶琉璃流光溢彩;大佛寺的土雕大佛守望历史800余年,一个脚趾甲大过成人巴掌,被称为“天下第一土雕大佛”;青龙寺壁画飘带堪比敦煌PLUS版……

半马选手“跑步诗人”在汾河国家湿

# 奔跑后稷故里 解锁碳水天堂千年DNA!

——2025稷山马拉松选手沉浸式文旅体验掠影

□记者 李婉玉 赵泽艳

地公园段开启“慢动作模式”:“白琵鹭从头顶掠过时,我甚至能看清它羽毛上的露珠!这哪是马拉松,分明是《国家地理》生态纪录片片场啊!”



大图:选手与千年枣树合影 小图:选手游览稷王庙

### 赛后狂欢:舌尖与指尖的双重暴击

完赛奖牌刚挂上脖子,河南妹子陈鑫就冲上街头。镜头怼着金黄酥脆的稷山饼子来了个特写:“碳水+碳水的王炸组合!饼子夹麻花配枣泥,本瘦身达人当场摆烂!”老板笑称:“后稷老祖宗给的配方,穿越千年还能打!”

非遗体验区成大型种草现场。镜头切向主持人,主持人韩乔生从看到螺钿漆器的那一刻,嘴里的感慨就没停,一直念叨,“这也太精美了吧,像那个什么国的蓝琥珀……”嘉宾那威更是二话不说,直接把一螺钿漆器圆盘塞进西服、夹到胳膊窝,试图“顺”走。

“家人们谁懂啊!贝壳碎片拼出的凤凰会发光,这波文化体验值回机票钱!”金银细工展位前,“00后”男生组团打卡,有人调侃:“在稷山,猛男必买单品竟是纯银枣花耳钉!”

### 文旅整活:从赛事IP到流量永动机

稷山文旅局这次祭出“三连招”:景区免票、特产直播、沉浸式展演三线收割

流量。

赛事期间,“畅跑稷山·e镇优选”线上销售颇受青睐……

稷山专门组织超强抖音主播带货天团,幽默风趣的“搞笑强哥”、本地人气王“姑舅兄弟”等网红主播各展所长,讲述稷山的风土人情和产品故事,卖力推介“稷山四宝”系列产品:“跑完全马消耗3000大卡?‘四宝’大礼填满你能量缺口!”

这几天,销售“稷山四宝”的直播间热闹异常,网友纷纷留言:“被稷山圈粉已下单,坐等收货。”

当其他城市还在卷灯光秀时,稷山已玩转“硬核文化+烟火气”的组合拳。

稷山汾河大桥串联夜跑路线,唐枣温泉民宿开始接受暑期预订,连非遗传承人都开了抖音小课堂。正如该县一领导在采访中说的:“我们要让年轻人在稷山既能拍国风大片,又能撸串嗦粉,这才是千年古城的正确打开方式!”

夕阳西下,跑者们带着塞满“稷山四宝”的行李箱和空间存满的手机满意离去。

这座把农耕文明熬成网红爆款的小城,正在用马拉松的加速度书写属于“Z世代”的“新稷山叙事”。



□记者 李婉玉 赵泽艳

5月11日,稷山马拉松赛在欢呼声中鸣枪,5000余名选手中,欢乐跑方阵化身稷故里“显眼包”,以奇装异服、非遗展示和幽默互动将赛道变成了一场流动的嘉年华。

### “穿越千年”的文脉代言

赛道上,“显眼包”接踵而至。

有身着破烂衫、脚挂提拉板、手执大白馍,朝着观众挤眉弄眼的济公;有身披袈裟、颈挎佛珠、与蒙面仙子相伴而行的

唐僧;有一袭白色华服、衣袂飘飘、深情款款的古代书生……引得观众直呼:“这些宝,活脱脱从青龙寺壁画里走出来的!”

观赛队伍中,有人猜测:“稷山是农耕之源,这波骚操作估计是想让全国跑友记住这片土地的文脉悠长!”

赛道上,还有组团登场的选手,他们将螺钿漆器胸针、金银细工饰品别在赛服上,跑动时流光溢彩,宛如移动的“非遗橱窗”。

**“内涵”特产的“搞怪担当”**

赛道上,“内涵”稷山特产的“搞怪担当”也不示弱。

有人cos成狮王负“重”前行,跑嗨了就连蹦带跳就地“舞”一阵儿;有人把自己装进“大母鸡”,化身“鸡跑跑”,在赛道上呼吸带喘地暴走;有人cos成申公豹,手执“真能装”折扇,边跑边扇;还有一伙计带着他的“小可爱”——一只淡定蹲在他手上的鸟跑完全程,相当拉风。

有人一身褐色,头戴绿芽帽,扮成“板枣精灵”,边跑边高呼“稷山四宝,甜蜜到老!”

更有父子档cos成“稷王庙门神”,踩

着鼓点迈着四方步,硬生生把马拉松跑成了民俗巡游。

**随处可见的互动狂欢**

稷山的啦啦队员深谙“气氛组”精髓。

途经补给站时,几名啦啦队员突然打开音乐,即兴来了一段《夸稷山》:“汾河岸,枣花香,稷马精神美名扬……”押韵的唱词引得掌声雷动。

一群阿姨组成的“啦啦队中转站”,举着“跑完吃麻花,能量顶呱呱”的牌子,给选手硬塞稷山麻花,硬核补给与方言加油声交织成趣。

温情一幕出现在终点——一位78岁的老人完赛,终点迎接他的是一票拉着横幅的亲友团。横幅上赫然写着:“哈哈,老爷子终于跑完了人生首马!”老爷子抬头看见,瞬间笑到皱纹都展开了。

这场“最不正经”的欢乐跑,恰是稷山文旅融合的生动注脚。

正如一嘉宾所言:“‘稷马’不仅是竞技场,更是全民共享的文化派对。”

没错,选手们的奇思妙想与非遗匠心,让千年古县的活力与温度,随着欢快的脚步传向远方!