

# 新年第一跑

## 【嘉定区】在 F1 赛道上狂飙，看车展逛市集！



### 2026蒸蒸日上迎新跑×迎新方程式趣跑生活节

**地点:**上海国际赛车场  
**玩法指南:**全上海最硬核的跑道——F1 赛道!“蒸蒸日上”迎新跑已经第 11 年了,在这里跑步,你就是自带引擎的赛车!  
**高能联动:**今年的含金量还在于配套的生活节,真正实现了“车轮上的文体商旅”!  
**●迎新市集:**近 30 家嘉定本土及周边优质企业摆摊,嘉定特色美食、文创产品应有尽有。  
**●硬核车展:**在水景广场举办“EVGO 迎新展示”,集结了华为、蔚来、大众等 11 家车企,集中展示最新能源车型及汽车科技。跑完步直接看车展,顺便体验一把嘉定深厚的汽车文化,沉浸感满分!

## 【宝山区】从外滩骑到长滩,打卡“定海神针”!



### 2026上海长滩观光塔垂直登高赛

**地点:**上海长滩观光塔  
**玩法指南:**挑战 180 米高的“定海神针”! 200 名勇士将用脚步吹响新年序曲。  
**高能联动:**这不仅是爬楼,更是去长滩“做客”!  
**●文旅地标:**赛事与长滩音乐厅、“宝山有礼”文创店深度绑定,感受艺术与文化的熏陶。  
**●网红打卡:**特别联动了网红打卡地“一尺花园”以及周边的乐营探索乐园、酒店餐饮。  
**●假日福利:**参赛选手可享受一系列假日专属优惠,运动完去一尺花园喝咖啡,在音乐厅旁拍张大片,这才是打开新年的正确方式。

## “活力宝山,逐风长滩”2026 年元旦迎新骑游

**地点:**黄浦滨江—宝山滨江  
**玩法指南:**骑行爱好者的终极浪漫! 从“外滩”一路向北骑到“长滩”,串联起黄浦 8.3 公里和宝山 6.8 公里的滨江绿道,在江风中开启新篇章。



## “江潮逐光·跑向新生”宝山长滩元旦迎新跑

**地点:**宝山滨江沿线  
**玩法指南:**百名跑者在宝山滨江集结,左手是滔滔江水映朝阳,右手是葱茏绿意,用脚步丈量最美江岸线。

## 【杨浦区】潮流定向赛, 拿奖拿到手软!



### 2026元旦迎新城市定向挑战赛

**地点:**复兴岛体育公园(起点)  
**玩法指南:**这是一场属于年轻人的“城市寻宝”! 路线全长约 5.8 公里,串联起复兴岛、黄兴、新江湾城、杨浦、江湾五大体育公园。不仅有徒步走,还要在每个公园完成特色点标打卡任务,趣味性满分。  
**高能联动:**  
**●商圈宠粉:**深度联动最潮的大学路特色街区和五角场商圈,参赛选手直接获得专属优惠券包,跑完步直接去大学路喝咖啡、逛潮店,美滋滋。  
**●硬核装备福利:**终点江湾体育场的“竞赛补给站”暗藏惊喜!除了常规补给,还联合识货 APP 开展现场互动。完赛队员扫码参与小游戏,即可赢取品牌运动小礼品或平台专属优惠券。跑个步顺便把新一年的运动装备焕新了,这波“运动+电商”的联动太懂年轻人了!

## 【浦东新区】这里有高度,也有温度,更是摩登与生态的完美秀场。



## 2026 上海市东方明珠元旦登高祝福跑系列活动

**地点:**小陆家嘴三高(东方明珠、上海中心、金茂大厦)  
**玩法指南:**作为上海新年的“顶流”名片,陆家嘴三件套不仅是背景板,更是你的赛道! 上午 9 点,“招商银行杯”祝福跑在东方明珠塔下鸣枪,东方卫视全程直播,跑出你的高光时刻。而在上海中心,站在城市之巅看日出,伴着云端音乐会,还能参与公益义卖和祈福寄信,仪式感拉满。在金茂大厦,直冲 88 层观光厅,去拥抱 2026 年的第一缕晨光。  
**高能联动:**运动之后,别忘了去旁边的浦东美术馆(MAP)来一场世界级的艺术 Citywalk! 元旦期间,“毕加索 x 保罗·史密斯”特展与“卢浮宫·图案的奇迹”大展正在热映。跑完步,转身就能沉浸在毕加索的色彩与卢浮宫的珍宝中,实现“登高健身+艺术观展”的完美闭环,让新年的第一天身心双重充电!



## 2026 浦东新区元旦迎新健康走

**地点:**前滩体育公园  
**玩法指南:**如果你不想太累,就来前滩走一走! 这里主打“慢生活+新消费”。一边是前滩的生态美景,一边是热闹的节日氛围。  
**高能联动:**这不仅仅是一次行走,更是一场“行走+市集”的嘉年华!  
**●前滩年宵花集:**联动前滩公园馆,重磅推出“庆元旦,迎花开”主题活动。现场化身繁花似锦的“前滩年宵花集”,邀你共赴一场新春序章。  
**●沉浸式过节:**走完健康步,直接扎进热闹的市集,在花香与烟火气中感受“生态+商业”的双重魅力。这不仅是运动,更是在前滩商圈把新年的第一波“买买买”和“拍拍拍”安排得明明白白!



## 2026 滴水湖迎新跑(第十届)

**地点:**滴水湖  
**玩法指南:**临港人的专属情怀! 滴水湖迎新跑迎来十周年庆典。3000 名跑者,8.6 公里环湖跑,在清晨 5 点半集结,只为那从湖面升起的第一抹红日。  
**高能联动:**跑完步,直接从湖畔瞬移到冰雪奇境! 耀雪冰雪世界开启“雪力全开 滑进 2026”元旦主题狂欢,承包你的整个假期!  
**●萌趣冰雪趴:**别错过“滑雪企鹅巡游”,和呆萌企鹅一起在雪地撒欢,绝对是朋友圈的获赞神器。  
**●视觉盛宴:**打卡“全球首个亚克力冰雕艺术展”,看晶莹剔透的冰雕在光影中流光溢彩,感受极致的冰雪浪漫。  
**●心动奇遇:**更有“心动新年 NPC 见面会”等你来偶遇,和高颜值 NPC 互动合影,开启元气满满的一年! 运动完来这里,从热汗淋漓到冰爽刺激,体验冰火两重天的极致快乐!

## 【长宁区】穿越动物园的奇妙之旅,跑完直接逛商圈!



## 元旦迎新健身活动暨“健马征途”上海滩 100 公里挑战赛

**地点:**崂山路 445 弄(起点:金虹桥商场)  
**玩法指南:**从 6 公里的“尝鲜组”到 100 公里的“大神组”,五条路线任你选。最惊喜的是,路线串联了外环绿道、苏州河步道和愚园路风貌区,用脚步丈量长宁的“绿”与“潮”。  
**高能联动:**  
**●动物奇缘:**6 公里组的终点直接设在上海动物园! 路线设计极其巧妙,跑完步直接免费入园,在新年第一天与“毛孩子”们亲密接触,感受自然的治愈力。  
**●商圈福利:**赛事起点就在金虹桥商场,更深度联动了天山商圈、中山公园商圈。各大商业综合体为 2026 名选手准备了丰富的消费优惠,跑完步,拿着参赛福利去吃大餐、买装备,享受实打实的“体育+消费”一条龙服务!

## 【普陀区】马德里风情空降普陀,三天狂欢不停歇!



## 骏启新程骑跑迎新 2026 年普陀区元旦迎新活动

**地点:**桃浦地区  
**玩法指南:**恰逢马年,普陀这次玩大了! 以“骏启新程”为主题,不仅有健步走、骑行、登高,甚至还搬来了冰上赛事和球类赛事,总有一款适合你。  
**高能联动:**  
**●国际范儿:**创新联动西班牙马德里,打造本土与国际双向对话的体育盛宴,不出国门感受热情的异域风情。  
**●嘉年华狂欢:**从 1 月 1 日嗨到 1 月 3 日,“快乐加马”运动嘉年华火热开张。这不是一场简单的比赛,而是把人气、商气、消费聚在一起,让桃浦地区瞬间变身热门打卡地,吃喝玩乐一站式解决。

# 动起来, 开启 2026

奔跑、骑行、登高、定向赛、健步走、冬泳……用律动的呼吸迎接全新的年轮,让我们一起让新年“动”起来!

## 【虹口区】硬核攀登, 步步高升!



## 2026 元旦迎新垂直登高赛

**地点:**东长治路 588 号(白玉兰广场)  
**玩法指南:**在 320 米高的浦西地标,来一场垂直极限挑战! 以攀登致敬市花白玉兰,寓意新的一年事业生活“步步高升”。登顶的那一刻,浦江两岸的璀璨风光就是给你最好的奖牌。  
**高能联动:**  
**●今潮 8 弄·尽情派对:**赛后直奔滨港商业中心今潮 8 弄,加入“潮生活·大玩家”的年末狂欢! 72 小时不间断的屋顶音乐会和派对盛宴等你来嗨。重点是:抽手机、霸王餐乃至金条大奖,100%的中奖率! 让你新年好运 buff 叠满!  
**●云冈石窟·数字重生:**去趣看美术馆打卡“云冈石窟特展”! 全球最大单体石窟复制窟 1:1 空降虹口,尖端数字技术让沉睡的千年石佛在光影中“活”起来,带你一眼穿越千年,感受前所未有的视听震撼。

