

宝山

参赛规模扩容至 8000 人

2026 上海长滩半程马拉松定档 11 月 15 日

2026 上海长滩半程马拉松定档 11 月 15 日上午 7:00 开跑,赛事报名通道同步开启,参赛选手可通过“上海宝山”“宝山体育”官方平台进行报名。

8 月 26 日,记者从 2026 上海长滩半程马拉松新闻发布会获悉,赛事设置半程马拉松项目,参赛规模扩容至 8000 人,采取抽签机制确定参赛资格,兼顾大众跑者参与公平性。

延续生态、滨江、工业 三段式特色赛道

本届赛事最大亮点在于赛道叙事的全新重构。赛事延续广受好评的生态、滨江、工业三段式特色赛道,完整保留炮台湾湿地公园、吴淞口国际邮轮港、宝钢厂区全部核心景观资源,但对整体行进路线进行反向重构。

起点设于宝钢“正确广场”,终点设于吴淞炮台湾国家湿地公园长江河口科技馆南侧。全新路线途经宝钢厂区、宝钢滨江岸线、长滩滨江岸线、宝山滨江岸线、吴淞口国际邮轮港,沿江而行、穿城而过,充分彰显生态与经济双向转化、生态空间开放共享的办赛理念。

优化起跑体验,起点路段更为宽阔,更



适合 8000 人规模的分区起跑。创造全新的赛道叙事,起跑即进入宝钢厂区,率先穿行“花园钢厂”特色景观,以硬核工业底色拉开赛程;随后驰骋滨江直道,直面长江交汇盛景,途经长滩观光塔、海上世界、邮轮港等地标;最后在炮台湾湿地公园完成冲线,以自然绿意舒缓疲劳,形成“从工业到江海到湿地”的渐入佳境之旅。

增设破赛会纪录奖, 提升参赛便捷度

本届赛事在竞技层面实现双重升级。

参赛规模方面,8000 个半马席位全面开放,满足全国跑者奔赴滨江赛道的心愿。荣誉奖励方面,在原有半程名次奖基础上,增设“破赛会纪录专项奖”,以专属荣誉激励跑者突破极限,留下本届赛道全新竞速标杆。同时,赛事延续亲民定价标准,报名费 120 元 / 人不变,兼顾大众跑步爱好者参赛需求,推动专业路跑运动普惠于民。

服务保障全过程精细打磨,筑牢安全底线。组委会统筹公安、交管、卫健、应急等多方力量,搭建统一调度指挥体系,实行分片网格化管理。赛道按里程梯度布设医

疗站点、AED 设备、急救跑者与巡回救护力量,建立快速闭环应急处置机制;同步优化全域交通疏导方案,精准规划分时段道路管控与车辆分流路线,平衡赛事通行与居民日常出行。

激活“票根经济”, 释放赛事多元城市价值

作为宝山推动文商旅体展深度融合的重要载体,长滩半马以赛事 IP 为纽带,联动邮轮港、海上世界等滨江优质载体,打通“参赛+消费”闭环。赛后联动推出跑者专属游玩与消费福利,让跑者“跑一场马、游一座城”。持续深化与区内其他商圈点位联动,丰富扩大“票根经济”消费场景,实现“体育引流、商业赋能、文旅增值”的叠加效应。

除核心竞赛之外,赛事还将配套全程线上直播、线下观赛打卡等形式,吸引市民群众参与,以奔跑为媒介,立体展现宝山产业转型、滨江开发、生态提质的发展新图景。让一场体育赛事,成为讲好宝山城市故事的鲜活载体。

文/晨报记者 何雅君
图/宝山区新闻办



普陀

故宫博物院第六任院长单霁翔与普陀市民共赴文化之约

重磅大咖解密文化遗产“活”字诀

8 月 25 日,一场跨越古今的重量级文化对话在普陀精彩上演。

在上海少年儿童图书馆(长风馆)举办的“阅享苏河”读书会——“文化的力量,让文化遗产资源活起来”主题讲座上,故宫博物院第六任院长单霁翔先生与大小读者共赴一场穿越六百年的文化之约。

“阅享苏河”读书会 迎来重磅嘉宾

主讲嘉宾单霁翔先生作为高级建筑师、注册城市规划师,曾担任国家文物局局长、故宫博物院院长,多年深耕文物保护与世界遗产研究领域,拥有丰富的一线实践经验。

讲座中,单霁翔系统讲述了北京中轴线申遗的十二年历程、故宫从“管理为中心”向“观众为中心”的转变,以及故宫环境整治、文物保护和文化传播的实践。

2014 年,故宫开放面积达到 52%,首次超过一半;2017 年达到约 76%;到 2018 年,开放面积进一步提升至 80% 左右。过去用于办公、仓储或长期封闭的部分区域逐步完成腾退、修缮和展陈改造,越来越多过去“进不去、看不到”的空间重新向公众开放。

从文物修复、扩大开放到文创开发,核心其实都是同一件事:让文化遗产不

再只是“被保存”,而是真正进入公众生活。

类似的理念,也贯穿于北京中轴线申遗的全过程。2012 年,北京中轴线被列入《中国世界文化遗产预备名单》。经过十二年的遗产研究、保护整治、价值阐释和国际申报,2024 年 7 月 27 日,“北京中轴线——中国理想都城秩序的杰作”正式列入《世界遗产名录》。

从故宫到北京中轴线,单霁翔讲述的其实是一套相通的文化遗产保护理念:保护不是把文物锁进库房,也不是把古建筑围起来不让人接近,而是在确保安全、真实性和完整性的前提下,让文化遗产被更多人看见、理解和珍惜。

单霁翔精彩的讲述在听众中引发强烈共鸣。作为上海“西大堂”,普陀区坐拥苏州河 21 公里岸线,“半马苏河”不仅承载着近代工业文明的记忆,更孕育了丰富的文化遗产:从真如寺大殿、志丹苑元代水闸遗址等全国重点文物保护单位,到卢氏心意拳这一国家级非物质文化遗产项目,再到江南丝竹、真如羊肉加工技艺、钱币生产的手工雕刻技艺等上海市级非遗项目,以及真如麦秆画、竹丝编、长征纸艺等区级非遗瑰宝。

让文化遗产“活起来”,正是普陀区深耕“半马苏河”文旅品牌,活化非遗传承的生动写照。



趣讲史事浸润大小读者 “阅”时光

本次讲座把故宫文物轶事、世界遗产保护实践与《史记》等传世文史读物有机相融,以鲜活易懂的故事解构厚重深邃的历史内涵,做到专业深度与通俗趣味兼备。既有站位宏大的世界遗产保护宏观叙事,也有大量来自文博一线的真实见闻与亲身经历,娓娓道来的讲述牢牢抓住在场大小读者的注意力,现场掌声此起彼伏。

在互动问答环节,现场观众踊跃举手参与,并幸运获得单霁翔先生亲笔签名的《我是故宫“看门人”》一书。不少青少年读者表示,听完讲座对文物和世界遗产产

生了浓厚兴趣,今后将多走进图书馆、博物馆,切身感悟源远流长的中华历史文脉。而普陀区非物质文化遗产馆、苏州河工业文明展示馆等家门口的文化阵地,也成为少年们近距离触摸历史根脉、感受传统文化魅力的绝佳去处。

作为普陀区重点打造的公共文化品牌,“阅享苏河”读书会始终以书籍为桥梁、以文化为纽带。本次讲座不仅是一场文史阅读推广与文化遗产传承的生动实践,更成功将文博大咖请进图书馆,打造一堂全民共享的历史文化公益课堂。

文/晨报记者 徐斌忠 实习生 郝奕清
图/普陀区文旅局