



我们离你最近

## 国庆长假来这里 这些绝美线路给你一个充实的假期

国庆长假是一年中难得的惬意时光。是时候给心灵和身体放个假,伴随金秋灿烂的阳光,迎着十月舒爽的秋风,远离城市的喧嚣,用一段户外慢跑或骑行,与大自然展开一场亲密无间的对话。记者为市民朋友梳理了我市一些风景优美的跑步骑行线路,助大家度过一个充实惬意的国庆假期。



### 10. 清江浦区里运河文化长廊 四行系统(龙首湾段)跑步线路

该线路途经龙首湾驿站、三亚路桥、淮安运河大桥、云林路桥、枚皋路大桥、静园路桥、里运河桥等,全长约6千米,荣获“2023年江苏省最美跑步线路”称号。龙首湾区域举办过“2017中国·淮安一带一路户外运动挑战赛”“2023年全国动力冲浪板联赛(江苏·淮安站)暨运河城市龙舟、皮划艇、桨板邀请赛”等重要赛事活动。

### 11. 盱眙县第一山森林步道

该线路位于国家4A级景区第一山国家森林公园内,沿途古木葱茏、林壑幽美、胜迹众多,全长5千米,2023年被列入江苏省民生实事项目,目前正在参评“2024年江苏省最美跑步线路”。步道以沥青材料彩虹步道、青石板生态步道为主,有森林驿站、休憩平台、无动力健身器材、监控系统、卫生间、标识标牌系统、停车场等配套基础设施。

### 12. 樱花园智能健身步道

该线路位于淮阴区母爱路,是以樱花为媒介、浪漫为基调、趣味为纽带的多主题特色健身步道,全长约3千米。该步道施工标准与国家奥体中心属于同一级别,在展现樱花园风景的同时,还能让大家体验到高科技、全智能的健康新感觉。步道宽阔的马路被分成粉色、蓝色、紫色、绿色四种颜色,从空中俯瞰,就像是地面上的彩虹。这里除了“彩虹大道”,还有樱花树的彩绘,两者相映成趣,吸引了很多市民和游客。

### 13. 古淮河健身骑行道健身步道

该线路位于淮安市自行车运动公园内,设有专业骑行赛道,路面为彩色沥青,总长10千米。步道周边配置了起终点引导牌、健身知识宣传牌等,并建有笼式足球场、健身路径、移动式篮球架等公共体育健身设施,有效提升淮安骑行运动专业化水平,丰富了以自行车为主题的运动休闲文化。

■融媒体记者 储君 通讯员 孙悦

### 6. 盱眙县淮河体育公园健身步道

该线路位于盱眙县城区北部淮河体育公园内,全长7.6千米。沿途分布有健身路径、儿童游乐区、多功能运动场、康体健身区、体能拓展区、轮滑运动区、沙滩排球区等,还有矿山地质博物馆、地质遗迹展示区、象山大峡谷景区等国家级地质生态景区和干净整洁的自然村落,荣获“2020年江苏省最美跑步线路”称号。

### 7. 涟水县五岛湖环湖跑步线路

该线路环绕国家4A级景区五岛湖公园展开,全长3.2千米,荣获“2020年江苏省最美跑步线路”称号。成熟的配套休闲设施为来此锻炼的居民提供了便利,门球场、羽毛球场、篮球场、健身路径等体育设施满足了不同人群的健身需求。

### 8. 淮安区里运河风光带 “廉政长廊”健身步道

该线路由友谊桥至河下大桥,全长4千米,东邻里运河,与有千年历史的河下古镇隔岸相望。跑道美观舒适、平坦安全,周边花草茂密、空气清新,是一处集休闲、健身、赏景功能于一体的综合性健身长跑场地。周边有黑白瓦墙特色建筑,还有诸多江南风韵的翠竹花海,给人带来多样化的视觉享受。该线路荣获“2021年江苏省最美跑步线路”称号。

### 9. 清江浦区里运河文化长廊 跑步线路

该线路位于里运河文化长廊四大片区的起点大闸口地段,西至清江大闸,东到越秀桥,南至轮埠路,北至圩北路南。线路周边集淮安地方文化特色和古运河水景于一体,揽自然景观和人文景观于一处,具有鲜明的运河文化特征和浓烈的地方文化气息。该线路荣获“2022年江苏省最美跑步线路”称号。



### 1. 白马湖健身跑段

该线路是白马湖景区“清水慢行”中的一段,从白马湖景区北入口群马景点开始,经樱花水岸道往良河,过“一带一路户外运动挑战赛”水上运动中心,最后至岔河码头,全程约10千米,沿途绿草青青、山花烂漫、树木高大,非常适合在清晨和傍晚奔跑,能让我们充分领略自然的秀美,享受自然的幽静和跑步带来的乐趣,荣获“2016年江苏省最美跑步线路”称号。

### 2. 洪泽湖古堰跑步线路

该线路北起淮阴区马头镇,南至洪泽区蒋坝镇,全长70.4千米。洪泽湖古堰距今已有1800多年历史,是世界文化遗产和全国重点文物保护单位,现已成为流域性堤防,是名副其实的“水上长城”和“天然氧吧”。该线路沿线景色如诗如画,荣获“2017年江苏省最美跑步线路”称号。

### 3. 金湖三河湾水利风景区跑步线路

该线路西起起点公园,经荷花广场、柳树湾湿地公园,东至大佛寺,全长20余千米。起点公园内有亲水平台、篮球场、羽毛球场、儿童乐园、健身广场、健身路径、智能健身步道等体育设施,荷花广场可以开展自行车骑行、跑步、健步走等多种体育健身运动。市民可在该线路沿途感受“日出江花红胜火,春来江水绿如蓝”的生态美景。该线路荣获“2018年江苏省最美跑步线路”称号。

### 4. 盱眙天泉湖跑步线路

该线路以铁山寺国家森林公园为起点,环绕天泉湖展开,周围青山环抱,丘陵起伏,风景秀丽,是我市少有的兼具山水美景的跑步线路,全长约22千米,荣获“2019年江苏省最美跑步线路”称号。

### 5. 清江浦古淮河跑步线路

该线路位于古淮河文化生态景区内,以宁连路为轴,分为东、西两区。周边环境优美,景色宜人。线路辐射人群范围广泛,有早晚锻炼的广大群众、慕名而来的外地游客等,曾作为三届中国淮安·清江浦国际半程马拉松暨中国运河城市马拉松赛的赛道,荣获“2019年江苏省最美跑步线路”称号。