

去桥下，撒个野

## 长沙桥下闲置空间变身亲子运动遛娃乐园

今日女报 / 凤网记者 赵周舟 徐珂 摄影 / 冯晓雅 徐珂

“走，带崽到桥下打球去喽！”长沙市东风路立交桥下，篮球与羽毛球场热闹非凡，家长与孩子们或练球或健身，一派其乐融融的景象。随着湘BA、省运会热潮涌动，全民健身氛围日益浓厚，长沙市城区很多高架桥下的主题运动公园悄然走红，这些“家门口的运动场”成为家长们带娃放松、乐享运动的优选之地。



桥下公园焕新，从“闲置死角”到活力场



“以前这里是收费停车场，空旷杂乱，我们想带孩子打球运动，要去很远的体育馆，现在就方便多了。”4月12日，在东风路桥下公园，刚陪孙子打完羽毛球的市民李余感慨道。谁能想到，这片备受亲子家庭

青睐的运动乐园，早前还是杂草丛生、车辆杂乱的闲置停车场。

今日女报 / 凤网记者了解到，作为全省推进桥下空间体育设施建设的试点城市，长沙首批17处桥下体育场地正分批

落地、持续开放。截至2026年，除了东风路立交桥，还有湘府路大桥西、花侯路浏阳河大桥、四方坪立交桥等8处已完成改造投用，新增体育场地面积超1.2万平方米。昔日城市“灰色边角”，如今变身体育、文化、亲子休闲于一体的微文旅新场景，为广大家庭提供就近可及、安全舒适、寓教于乐的亲子运动与休闲空间。

记者看到，在四方坪清廉主题公园，绿植错落、地面整洁，即便雨天也有市民锻炼休闲。四方坪街道滨江社区相关负责人介绍，该公园辐射周边九个社区，此前片区缺乏大型户外公共场所，投用后成

为市民休闲健身打卡地，老人健身、孩童嬉戏、青年运动各得其所，还有不少新人前来拍摄婚纱照。

家住附近的市民陈先生今年41岁，常年坚持户外健身。他告诉记者：“如今步行五分钟就能到桥下场地，我每天会和孩子来这里打球，既锻炼身体又陪伴孩子。”

长沙市体育局相关人员告诉记者，2025年，全市摸排237座高架桥、立交桥，最终确定17处纳入首批试点，坚持“一桥一策”量身改造，将碎片化“边角料”拼成亲子文旅与全民健身幸福版图，为家庭构建“出门即运动、步行达乐园”的15分钟健身休闲圈。

遛娃运动两手抓，把日常时光变成幸福瞬间

“带娃运动、全家健身”氛围持续高涨，如何让桥下空间更安全、更贴心、更适配亲子需求，成为城市空间微更新的重要方向。

长沙市体育局群众体育处相关负责人介绍，桥下空间在选址与设计阶段均严格遵循安全规范，优先布局人口密集区域，避开高压线与高速公路等危险地段，从源头保障少年儿童活动安全。

为满足家庭“一站式休闲”需求，不少桥下空间会根据实际情况，酌情布局儿童游乐区、休憩座椅、遮阳避雨区域、绿化景观与文化展示角，形成“运动+游玩+休憩+文化体验”的复合功能，真正实现“孩子尽情释放活力，家长轻松陪伴健身”。

目前，所有已建成桥下体育空间均免费面向公众开放。为保障长效运行，相关部门将建立常态化管护机制，强化设施巡检、环境保洁、安全巡查，联合街道、社区做好秩序维护与服务保障，用精细化管理守护亲子健身安全，让家长放心、孩子开心。

桥上车流不息，桥下欢声笑语。从城市核心区到乡村郊野，从老旧小区到新兴片区，随着家庭运动需求持续增长，未来，长沙将持续挖掘桥下、街角等闲置空间，打造更多主题鲜明、特色突出、亲子友好的桥下运动空间，让更多亲在家门口拥抱自然、享受运动、感知文化，让城市温度藏在每一处充满活力的角落。

一桥一韵赋特色，激活亲子互动乐趣

4月11日下午，在长沙浏阳河大桥下，鼓点铿锵、号子嘹亮，一支龙舟队正挥桨劈浪、加紧训练，备战即将到来的龙舟赛事。岸边，不少亲子家庭驻足观看，有小朋友好奇地凑到龙舟赛鼓前，学着大人的模样，用力挥动着鼓槌……

这里是长沙独一份的龙舟文化桥下空间，将运动场地、民俗展示、龙舟训练场景融为一体。市民在健身休闲的同时，可近距离感受龙舟文化，聆听训练鼓声，在运动场景中沉浸式感受湖湘民俗魅力。

如今，很多桥下运动公园都以主题形式呈现。东风路立交桥桥下公园依托老长沙火车站历史底蕴，将工业记忆与亲子游乐深度融合。近9000平方米场地内，复古火车头滑梯、轨道彩绘地面成为孩童最爱，篮球场、羽毛球场、气排球场地一应俱全。“这里既是运动场，也是城市记忆打卡点，运动完后还可以带孩子去附近的东风路文创园逛一逛。”家长石婷婷说。

四方坪立交桥公园下则以清廉文化为主题，集儿童乐园、棋牌区、健身区、球类场地于一体，实现全年龄

段覆盖，成为片区便民“公共客厅”，也是家风教育、亲子休闲的特色文旅空间。

此外，湘府路大桥西场地开阔，篮球、足球、羽毛球、乒乓球等项目齐全，适合全家一起运动；莲花镇桐木村高架桥下公园则致力于打造乡村体育样板；靳江河公路桥运动场是标准社区型场地，安静人少，适合周边居民日常锻炼；许兴村公路桥桥下运动场上的五人制足球场与标准篮球场，让周边亲子家庭组队约球变得更加便捷。



小朋友在浏阳河桥下公园体验龙舟文化。

从“有墙”到“无界”

## 全国首个“博物馆·公园”开园

今日女报 / 凤网讯（记者 赵周舟）4月14日12时，湖南省博物馆与湖南烈士公园“馆园融合”项目正式开园，来自全国各地的游客从全新入馆通道鱼贯涌入。至此，全国首个“博物馆·公园”融合项目迈入实质性运营阶段，长沙亲子游打卡地

再添新地标。

今日女报 / 凤网记者在现场看到，“馆园融合”后，游客可从湖南烈士公园西门进入，穿过全新打造的融合广场，步入风雨景观连廊完成预检分流，经观众服务中心、闸机检票后，抵达省博西广场并通过安检入

馆，全程仅需1分钟，彻底解决了以往游客露天排队、日晒雨淋的不便。

融合广场内，刻有“湖南省博物馆”“湖南烈士公园”字样的石碑成为标志性景观，大片平整草坪与中式园林相映成趣。开馆当天，现场有不少亲子家

庭冒雨前来打卡，一位陪同孙子前来的张先生表示，这种融合模式让红色教育、历史文化和自然休闲结合起来，“带孩子一边逛公园，一边了解湖湘历史、缅怀革命先烈，非常有意义”。

记者了解到，项目核心配套包括改造后的博雅楼、风雨景

观连廊、中式迎客中心等，实现了“逛公园、赏文物、享生活”的一站式文旅体验。同时，参观省博物馆仍需提前通过官方微信公众号或支付宝小程序预约，开放时间为每周二至周日9:00-17:00（16:00停止入馆），周一闭馆（法定节假日顺延）。