

# 万人穿行山水画卷 全民健身热潮涌动

二零二五桂林漓江徒步大会见闻



↑徒步大会起点莲花源景区航拍图。

记者滕嘉 摄

↑徒步者在起点莲花源景区徒步。  
记者滕嘉 摄

11月30日清晨的莲花源景区，弥漫着激动与期待，万名徒步爱好者齐聚于此，用脚步丈量桂林的山水秘境。

作为2025“桂野仙踪”广西户外运动体育消费嘉年华系列活动之一，2025桂林漓江徒步大会吸引了全国各地的徒步爱好者同赴山水之约。

鸣笛出发之后，一场与山水的约会在漓江之畔拉开帷幕。

## 走走停停

### 感受桂林山水之美

“走走走，我们去下一个打卡点！”在徒步路线上，几个小男孩拿着活动手册到打卡点盖章，尽管他们的额头沁出汗珠，脚步并未停下。

像这样的“团队行动”在徒步队伍中随处可见，无论是小朋友还是成年人，大家三五成群，活力满满，一路上有说有笑，让平日静谧的江岸充满了生机。

本次活动受到大众欢迎，10000个名额在通道关闭前便已全部报满。在当天活动中，有12岁以下儿童参加的亲子家庭占比达五分之一。

“这是我第一次带孩子参加徒步活动，想让他远离电子产品，感受自然之美。”一位带着小朋友前来参加徒步活动的父亲说。

本次桂林漓江徒步大会设置了6公里休闲组和10公里毅行组两条线路，从莲花源出发，经鸡冠山观景台、畔塘村亲水平台等景点，最终抵达乌桕滩星空营地，展现喀斯特山水风貌魅力。

“路线开始的时候，莲花源景区的仙人掌景观区就已经很漂亮了，各打卡点的山水景色更加惊艳，颇有千里江山图的意境，接近终点时的乌桕滩层林尽染，看到了这个季节的限定美景。”参加6公里休闲组的徒步者李奇说。

“参加这样一个活动，大家放松一下，感受一下大自然的氛围，很舒服。一路走过来的风景非常不错，不愧是桂林山水甲天下。”参加10公里毅行组的徒步者唐龙燕说。

## 无痕徒步

### 守护漓江“诗与远方”

“我宣誓：以徒步践行环保，以行动保护漓江。”在出发前，参与者在主持人的带领下庄严宣誓。

本次大会倡导“无痕徒步”理念。早在活动开始前，主办方便发出了“环保卫士召集令”——徒步者们通过线上报名“环保卫士”活动，在徒步前领取垃圾袋沿途捡拾垃圾。正因此，记者在行进中看到，不少徒步者拿着垃圾袋，在行进的同时，仔细搜索沿途是否有垃圾并随手捡起。

此外，在补给点，大家把使用过的纸杯、果皮扔进垃圾桶；路上，大家会把零食袋揣进背包里，带到有垃圾桶的位置再丢弃；更有参与者自发组织，带着清扫工具，守护山水环境。这也让本次徒步活动不仅是一次对全民健身的促进，更是一场对漓江生态保护理念的传播。

如果说，徒步者行进中的环保行为充分证明生态保护理念已然深入人心，终点乌桕滩层林尽染的景色，则是桂林像守护生命一样守护漓江、守护桂林山水的具体实践。

眼下，乌桕树叶由绿转黄，再由黄转红，宛若一幅诗意盎然的水墨画。通过生态修复，今天乌桕滩的生态环境得到了明显改善，市民游客的游玩体验也随之上升，洲岛滩涂已成为越来越多人心中的“诗与远方”。

随着徒步者们陆续抵达终点乌桕滩星空营地，领到奖牌的徒步者们兴奋地展示着手中的奖牌，那是一路坚持的见证。

这一天，成千上万的徒步者用他们的脚步，在这幅天然的山山水水画卷上，写下了一首关于健康、环保与亲子的动人诗篇，也因为这场徒步活动，每个人心中都种下了热爱自然、珍惜健康的种子。

欢笑过后，漓江之畔归于平静。大家彼此约定，下次还要来参加徒步大会。

记者李思静

下转07版▶