

# 踏春而行 见证佛山的文明风采

# 一路风景 一路收获 感受奋勇向前精神

文/佛山市新闻传媒中心记者陈宁静

不负三月好时光，且歌且行踏春去。备受瞩目的2025佛山50公里徒步将于3月22日举行。作为本地群众参与度极高的一项健康体育活动，佛山50公里徒步不仅成为佛山的“现象级城市IP”，也成为了城市文明新实践的新载体。活动沿途中展现的全城健康向上的精神风貌和对美好生活的不懈追求，让人们在春光里感受“中国工业第四城”的文明风采。



▲去年佛山50公里徒步高明线，市民穿过滨江湿地公园。/资料图片  
▶去年佛山50公里徒步顺德线，志愿者为市民补充饮用水。/资料图片

## 敢于挑战自我 展现精神面貌

佛山有多爱徒步？自2015年首届举办以来，佛山50公里徒步已成功举办8届，累计吸引超百万国内外徒步爱好者和市民参加。2024佛山50公里徒步更是吸引超40万人参加，创下历史新高。

“2015年，当时第一次举办佛山50公里徒步，我就参加了，从此爱上了徒步这项活动，随后的每一届都没有缺席。”徒步运动爱好者招海珊是佛山50公里徒步的忠实粉丝。她清晰记得，当时第一次参加50公里徒步时，沿途欢乐、热情、向上的氛围深深感染了每个人，俨然一场盛大的嘉年华。这种精神力量激励着招海珊每次都走完全程。

佛山是闻名全国的“武术之乡”。每年参加50公里徒步的人群中总有“功夫发烧友”的身影，来自顺德的“棍叔”冼鑑元就是其中之一。由于酷爱习练棍法，已过耳顺之年的“棍叔”体魄强健，痴迷各类马拉松赛事的他，在广东跑圈几乎无人不知。自从参加了佛山50公里徒步后，“棍叔”发现这与马拉松精神非常契合，“挑战自我、超越极限、永不放弃，这不仅是一场运动，更是与自我的较量，我想这是大家喜欢50公里徒步的原因。”

## 暖心服务相伴 畅享运动乐趣

为满足人们对健康生活的追求，佛山近年来深入实施“健康佛山”行动，建成健康步道191条、健康主题公园40个，真正实现了“10分钟体育健身圈”。此外，围绕创建全民运动健身模范城市，佛山积极推进体育场地设施建设、持续举办各类全民健身品牌活动，让市民随时随地享受运动的乐趣。

“洗手间往前走”“盖章请到这里”“谁家小朋友走丢啦”……三水区志愿者邝宝凤连续多年参与50公里徒步的志愿服务，尽管忙得顾不上喝水，脸上一直挂着亲切的笑容。

与往年一样，五区徒步线路各重要路口、签注点随处可见“红马甲”的身影，他们为徒步市民提供沿路指引、物资补给、饭餐派发、医



疗等服务，展现佛山文明和谐之美。也有大批热心商家主动开放室内洗手间、免费提供饮用水等，为参与徒步的市民游客送上温暖。

## 遇见城市美景 共建绿美家园

佛山50公里徒步的线路突出生态文明元素，通过串联起各区最具特色的万里碧道、湿地公园、绚烂花海、湖畔河岸等，绘就一幅秀美和谐的山水人文共融春色图。

如三水线、高明线，云秀山体育场、北江大堤、西江畔的苏村文化街区、滨荷Park生态文创园……代表岭南水乡和稻田农耕文化的景观点缀其中。

以中心城区为主的禅城线设置了绿岛湖、王借岗森林公园、东平河岸等城市生态地标，滨水绿道占比超40%。满目悠悠绿意，静听水浪拍岸，漫步此间，能深刻体会到这座城市为保育自然生态所付出的坚持和诚意。

佛山的“含氧量”有多高？50公

里徒步所行之处只是个缩影。根据2022年森林资源“一张图”归档数据，佛山森林总面积8.10万公顷，森林覆盖率达到21.33%。这个数字，离不开绿美佛山生态建设。

以2024年为例，佛山连续5年在省污染防治攻坚战绩效考核中获评优秀，完成森林抚育1.2万亩，分类推动10个绿美江心岛生态景观提升，新建碧道150公里，新增（改造）公园绿地236公顷，生态环境质量明显改善，高质量发展的绿色家底不断夯实。

佛山的每一片绿意，也是全市人民上下一心共同努力的成果。“佛山是我家，绿美靠大家！”2024佛山50公里徒步，市慈善会在禅城线特设了“绿美佛山1人1天1元”

慈善募捐摊位，不少参与徒步的市民纷纷掏出手机扫码献爱心，以实际行动支持绿美佛山建设。

“在徒步过程中，我们看到这么多美景，很希望通过这种活动，共同建设我们的美好家园。”市民梁女士表示。

3月22日，让我们一起出发，以脚踏实地行走佛山的形式，展现健康向上的精神面貌和对美好生活的不懈追求，凝聚起奋进新征程、“再造一个新佛山”的强大精神力量。



扫码进入 50公里徒步报名专区

## 佛山50公里徒步工会专属报名渠道已开启 可用工会经费进行报名

佛山日报讯 记者梁泳诗报道：昨日，记者获悉，2025佛山50公里徒步活动工会专属报名渠道已开启。工会专属报名渠道针对10人以上的团体报名，将由佛山传媒安排客服统一跟进报名、团队缴费、活动通知等工作。基层工会还可以使用工会经费进行报名。

按照全国总工会印发的《基层工会经费收支管理办法》，基层工会经费可用于组织职工体育活动所需的器材、服装购置，以及活动场地、交通工具等租金支出，也可用于为职工个人购买健身服务。

团体参加2025佛山50公里徒步的费用分为两档。其中，团体A档为60元/人，包括纪念速干T恤1件、电子签到纪念牌1个、纪念票根1套等。团体B档费用可咨询工作人员，包含电子签到纪念牌1个、纪念票根1套等。团体A档、团体B档均可享受各站点饮用水补给、沿途站点基础医疗和救援、活动保险等服务。

今年50公里徒步路线全面优化，通过整合五区城市升级亮点，串联多个精华美景，让广大参与者可以见证、共享佛山现代化城市建设成果。

其中，今年三水线将以“徒步+”

创新玩法强势升级，融合消费节、佛山“西甲”、影视等多元体验，邀约广大市民共赴一场春日城市漫游盛宴。

和往年不一样的是，今年三水线以河口百年火车站为起点，途经北江大堤、威斯汀足球基地、北江体育休闲公园、西南水闸等。徒步者将穿越“百年文脉”，邂逅北江风情，感受三水的历史韵味与现代活力。

今年三水线在保留传统徒步乐趣的基础上，融入了诸多创新元素。其中，“徒步+消费节”是一大亮点，特设“三水好品”特色集市让徒步者在享受徒步乐趣的同时，品尝地方特色小

吃，选购非遗产品，现场还有歌手和乐队表演，让徒步之旅增添更多乐趣。

此外，“徒步+影视”也是今年三水线的一大创新。自2015年以来，已有超过100部优秀影视作品在三水境内取景拍摄。今年三水线沿途设置了多个影视打卡点和表演区，通过取景框、微演艺活动等吸引市民游客驻足打卡。



扫码了解更多资讯

文/佛山市新闻传媒中心记者苏宏堃

自2015年以来，佛山50公里徒步活动已成功举办八届，吸引了众多徒步爱好者和市民参与。这是一场全民健身的盛会，也是一次城市精神的弘扬展示。市民杨莹欣已连续参与2次50公里徒步，今年将继续踏上征途。在她看来，参与50公里徒步，不仅能欣赏到沿途风景，还能深切感受到行走中流淌出的精神力量。

杨莹欣是一名土生土长的佛山人。她告诉记者，自己听说过很多50公里徒步中发生的感人故事，其中最令自己敬佩的是很多参与者坚持走完全程的精神。“这项活动不仅能让人强身健体，还给予参与者一股坚持不懈向前冲的精神魅力，我身边有许多朋友每年都报名参加。”

2023年，杨莹欣首次参与佛山50公里徒步。杨莹欣回忆道，50公里的路程，随着时间的拉长，双腿开始感到沉重，“这时，妈妈看出了我的疲惫，特意停下脚步，鼓励我只要坚持，一定能完成这一站。在妈妈无数次的鼓励下，我坚持走到了终点。那一刻，我感到一种前所未有的喜悦和满足。”

“对我来说，徒步的快乐不仅是因为走过了美丽的风景，更是因为我们母女之间的珍贵时刻。在相互扶持中，让我明白不论面对多大的困难，只要心怀勇气和坚持，一定能迈过去。”杨莹欣说，50公里徒步像“情感纽带”，让家人因为共同的爱好变得越来越亲密，两代人将徒步作为家庭陪伴的一种崭新方式，大家一起走出户外，感受城市蝶变，体验美好生活。

连续两年都走禅城线的杨莹欣发现，徒步也是一次发现城市细节的“微旅行”，城市更新成果，通过徒步路线上的“故事展板”悄然传递，“2023年的禅城线，徒步活动特意绕行‘公仔街’，让参与者近距离感受石湾陶瓷技艺，曾经‘匆匆路过’的梁园、南风古灶等人文景点，近年来也通过增设签到点、延长停留路段等方式，为市民在禅城线徒步中带来良好的体验。”

今年50公里徒步路线的全新升级让杨莹欣充满期待。“我和家人今年继续报名，计划报南海线，感受南海的人文魅力。”她表示，50公里徒步路线串联起佛山各区地标、景区、景点，还结合“百千万工程”，让参与者进一步感受城乡区域协调发展的佛山。

除了沿途好风景，行走中流淌出的精神力量也令杨莹欣感动满满。“徒步中，男女老少脸上都挂着笑容，说着鼓励加油的话语，温暖着彼此、激励着彼此，还有素不相识的志愿者在旁边为我们加油助威，提供便捷服务，让每一名参与者暖在身上、暖在心里。”杨莹欣说，徒步迸发出的精神力量，吸引了数以万计的市民走出家门参与到体育健身活动中，激发他们追求美好生活的动力，也扩大了户外运动影响力和佛山文旅美誉度。



2024年，杨莹欣（右一）参加佛山50公里徒步，在东平大桥上留影。/受访者供图

佛山传媒 FOSHAN MEDIA 连接世界 传递美好 创造价值

2025“美丽佛山 一路向前” 佛山50公里徒步 3月22日举行

扫码报名