

# 潮流运动“上新”，福州人爱上徒步 今天，你登山了吗？

本报记者 冯雪珠 林榕昇

“在上班和上进之间，年轻人选择了上山。”继“Citywalk”爆火后，福州年轻人又爱上了徒步。入秋以来，福州徒步运动不断升温，在各大社交平台上，有关徒步的照片周末经常刷屏。越来越多的人走进大自然，寻找与自然亲近的体验。

## 徒步热来袭 运动观景两不误

周末早上，在西二环福州海警局门口、长福家园路口等处，你总能看到一群身着冲锋衣、背着登山包、还带着登山杖的人。大巴一到，他们便鱼贯上车。傍晚时分，这群人又会拖着肌肉酸痛的双腿回到出发地。

他们是榕城日渐壮大的“徒步一族”。每次长达五六小时、10多公里的山间行走，让他们在微信运动步数排行榜的名次居高不下，成为家人和同事眼中，周末去山里找罪受的“异类”。

上周六上午，福州某银行下属子公司的“00后”职工小白与20多名徒步爱好者组团前往闽侯观音岩，开启全长13公里的徒步活动。“徒步不仅可以亲近自然、观赏风景，还能锻炼身体，挺不错的。”小白告诉记者，自己平时周末有空就会和同事出来徒步，“今年我已经去了马尾君山、永泰嵩口、连江奇达等地徒步。”

上月发布的《中国户外运动产业发展报告(2022-2023)》显示，今年上半年户外运动产业继续升温，市场规模已经超过疫情之前，“80后”“90后”成为户外运动的主力。社交平台小红书发布的《2023户外生活趋势报告》也显示，今年户外运动已逐步走向生活化、全民化。1月至10月，户外用户日活环比增长超100%，徒步、骑行、露营等户外活动，成为更多人的新生活方式。

目前小红书“徒步”话题下已经有超过469万篇笔记，单单“福州徒步”的话题下就有1万多篇笔记，浏览量达678万次。相关的线路推荐、装备清单、穿搭指南、领队服务等都干货满满。

记者在小红书上随机加入



▲在永泰斗湖，徒步爱好者身着冲锋衣、背着登山包、拄着登山杖。  
本报记者 林榕昇摄



◀市民在迪卡侬挑选户外装备。  
本报记者 林榕昇摄

“福州户外徒步3群”，群里几乎每天都有新人加入，成员达400余人。此外，记者调查发现，还有不少台球俱乐部、橄榄球俱乐部等微信群如今也纷纷改名，时常在群里发起徒步邀请。

## 社交平台提供新选择 户外俱乐部成员分流

难度、风景是选择徒步路线的重要考虑因素。随着越来越多人加入这项运动，福州一些小众的线路也逐渐被挖掘。除了鼓山、五虎山、状元岭等福州人传统的登山线路，永泰的斗湖、马尾的君山逐渐成为徒步爱好者的热门打卡地。

拥有多年带队经验的福州若今户外俱乐部领队“Mr.有趣”介

绍，福建多山，按周一山的打卡频率，福建徒步线路至少可以玩两年不重样。“有的人一条徒步线路走了一次，就不想走第二次了。”福州晴天户外俱乐部领队老甘说。

在微信公众号“Wuh自在行走的花”上，有关福州的徒步路线已经更新到了113条，每条徒步路线都有详细介绍，且图文并茂，读者可以根据文章“复刻”线路。目前来看，基本上每条推文都有1000左右的阅读量，最近一条阅读量甚至超过了1.6万次。

“以前不懂线路，徒步都是跟着俱乐部走。”资深户外玩家陈勇告诉记者，以前玩户外运动都是跟团，如今“两步路”“六只脚”等户外助手App兴起后，大家可以

循着上面的轨迹走，跟俱乐部走线的自然少了一些。

作为福州老牌户外俱乐部，福州晴天户外俱乐部曾有组织100余人徒步斗湖的“光辉历史”，但现在组织的市内单日徒步团基本上维持在二三十人。这一方面是因为各种户外俱乐部如雨后春笋般出现分走了成员，另一方面是因为小红书等社交平台让年轻人的选择更加多元。

在小红书上，搜索“福州徒步线路”就会出现非常多介绍详细、图文并茂的笔记。记者曾根据自身经验在晚上10点发布一条状元岭附近徒步线路，第二天浏览量就达到300多次。

社交平台的交友属性也让不少年轻人“弃”俱乐部而去。在社

交平台上找“徒步搭子”成了部分年轻人的新选择。

## 消费者期盼 更多户外装备商家来榕

对于大多数刚刚“入坑”的新手来说，第一次徒步并非始于走出家门直奔山岭，而是从捧着手机刷淘宝挑选户外装备开始。

徒步要买哪些装备？“Mr.有趣”表示，根据福州本土徒步路线情况，新手必备装备首先是登山鞋、登山杖，其次是登山杖、冲锋衣、速干衣等。

“鞋子要防水速干的，登山包要轻、要有负重系统，冲锋衣、速干裤得具备防风防潮防雨功能。另外，登山杖也必不可少。”徒步爱好者“vivi”刚入门不久，就下单了一件价值数千元的始祖鸟冲锋衣，她告诉记者，徒步装备装满了她的“双十一”购物车。

从全国来看，徒步热带动了户外运动装备消费，两组数据足以印证：今年“双十一”期间，京东平台冲锋衣裤品类成交额同比增长超100%；《中国户外运动产业发展报告(2022-2023)》显示，预计2025年，中国户外用品市场规模将达到2400亿元。

全国户外用品市场越来越旺，福州户外用品市场情况如何？

近日，记者来到位于东二环泰禾广场的迪卡侬。在徒步冲锋衣专区，货架上只剩断码断色的衣服，有人动手拆卸假人模特的胳膊，就为了把它身上的三合一冲锋衣脱下来。

迪卡侬商铺工作人员告诉记者，今年以来，冲锋衣等徒步装备热销，全国仓库长期缺货，有的商品一上架就被抢购一空。每逢周末，试衣间总是大排长龙。“冲锋衣MH500比MH150更防水，鞋子MH100更日常……”货架前，看不懂口红色号的男士，介绍起户外装备的性能滔滔不绝。

徒步运动日渐兴起，福州户外装备赛道却鲜有新成员加入，本地只有迪卡侬一家独大。“特别是登山鞋，我们更希望能去实体店试试尺寸，希望更多品牌能够看到福州市场。”“vivi”说。

## 晋安检察院联合教育部门 举办专场培训活动

### 指导教师如何处理校园欺凌

本报讯(记者 张铁国 通讯员 周殊殊)如何预防校园欺凌?教师如何应对处置校园欺凌?近日,晋安区检察院联合区教育局在晋安区第五中心小学开展“园丁护蕊”提升教师法治素养系列专场培训活动暨开班仪式。来自区委政法委、区法院、晋安公安分局等9个单位和区内公办中小学的书记、校长、安全专干等200余人参加活动。

晋安区检察院有关负责人介绍,该系列活动是对平安校园构建的创新探索,旨在推动完善“六大保护”合力,共同撑起未成年人健康成长的蓝天净土。活动现场,6名教师代表获赠“春蕾安全员”聘书。

近日,晋安区出台了“晋安区防范校园欺凌应急处置方案”。晋安区检察院第五检察部主任刘娟介绍,该方案由9个全区涉校园欺凌预防工作协助职能部门共同撰写,从主管部门、协助职能部门、学校、教师、学生、家长等多方面入手,全面明确学校内外校园欺凌事件的预防、处置、救助等流程,并与“春蕾安全员”工作机制、“呼叫北极星”智慧系统相衔接。

团省委12355青少年服务台项目组组长黄海虹、晋安区检察院第五检察部主任刘娟分别以“校园欺凌事件中老师的角色定位”“涉校园欺凌为主要内容开展强制报告”为主题开展普法讲座。

“这次培训,让我对预防校园欺凌的概念更明晰,明确了在孩子们遇到校园欺凌时如何帮助他们。”晋安榕博小学副校长郑小舟说。晋安区教育局局长杨佳松表示,区检察院组织推进此次培训活动,让教师更好地成为强制报告制度的践行者,共同构筑未成年人健康成长的安全屏障。

## 男子猜对失主手机密码 转走微信内钱款被刑拘

本报记者 曹建兵 通讯员 陈道

日前,肖先生住在连江县一店铺吃烧烤时遗失一部手机,这部手机被邻桌的何某某捡到。何某某经简单测试密码,很快就打开了手机,他不仅用微信消费了238元,还向自己转账5000元并提现,随后将手机丢弃。连江警方通过消费和转账记录,很快找到嫌疑人何某某。目前,何某某因涉嫌盗窃被警方刑拘。

经办民警介绍,何某某捡到手机后,以非法占有为目的,利用微信免密支付的方式窃取他人钱财,数额较大,涉嫌盗窃。本案中,何某某拾手机只是对手机本身有暂时的占有权,并未实际取得微信账户内的财产,他对其中的款项不具有处分权、使用权。只要何某某不去操作微信支付功能,账户内的资金转账就不会实现,机主就不会丧失对财物的所有权。

民警提醒,民众拾捡物品后要主动归还失主或缴交国家相关部门,切莫因贪图蝇头小利而身陷囹圄。

### 案例点睛

《中华人民共和国刑法》第二百六十四条规定,盗窃公私财物,数额较大的,或者多次盗窃、入户盗窃、携带凶器盗窃、扒窃的,处三年以下有期徒刑、拘役或者管制,并处或者单处罚金;数额巨大或者有其他严重情节的,处三年以上十年以下有期徒刑,并处罚金;数额特别巨大或者有其他特别严重情节的,处十年以上有期徒刑或者无期徒刑,并处罚金或者没收财产。

法治福州·“谁执法谁普法”之窗  
市委依法治市办 市司法局 福州日报社

## 福州定向越野公开赛在罗源举行

本报讯(记者 任思言 通讯员 黄雨欣)26日上午,2023年第12届福州定向越野公开赛在罗源县起步镇正式鸣枪开跑,600多名来自全省各地的越野选手齐聚一堂,用脚步丈量美丽乡村新图景,共同寻找、体验“中国秀珍菇之乡”的独特魅力。

本次活动由福州市体育局、福州规划设计集团权属子公司福州市勘测院有限公司联合主办,罗源县文化和旅游局、罗源县起步镇政府、福州市定向运动协会共同承办。比赛共有600名定向爱好者参加,分为少年组、亲子组、公开组、青春组和精英组。

千年古镇起步镇历史悠久、文

化灿烂,有着“中国秀珍菇之乡”的美誉,曾获评国家级农业产业强镇、福建省农民创业示范基地等,参加比赛的选手跑入田野、跨越古桥、穿过长廊,为美丽乡村添了一道亮丽的风景。

据主办方介绍,福州定向越野公开赛意在充分挖掘各区县文化、体育、旅游资源,助力乡村振兴事业,通过举办广泛群体参与的定向越野赛事促进福州市“体育+”的平台建设;未来我市还将继续打造推动体育文化旅游产业的区域性高品质赛事,促进体育旅游产业高端化和品质化发展,提升各区县“生态产业”的经济效益。

## 我省第二届“移动高清”广场舞大赛落幕

本报讯(记者 王玉萍)记者昨日获悉,“舞动·福见”福建省第二届“移动高清”广场舞大赛决赛25日在榕举办,来自全省各地的24支参赛队伍进行了巅峰对决,展开了一场“舞”林争霸。

福州市老体协健身秧歌队等三支队伍获得一等奖,鼓楼区老体协心舞舞蹈团等五支队伍获得二等奖,福建老年大学舞蹈队等八支队伍获得三等奖,省直机关老体协舞蹈队等七支队伍获得最佳表演奖。

我省高度重视群众文化事业,不断加强各类文体设施建设,文化艺术队伍生机勃勃,全民健身运动、各类文体活动百花齐放。大赛



自今年3月启动以来,吸引了235支队伍报名参赛,超3500人入围。决赛总奖金15万元,设置一等奖3名每队20000元,二等奖5名每队10000元,三等奖8名每队5000元。

## 讲文明树新风 公益广告

I'M FROM FUZHOU / 遵德守礼 有礼有福



## “福”中有我

健康生活, 做有活力的福州人

Be an Energetic and Healthy Fuzhou Citizen