



徒步、骑行等成为新旅行方式

国庆期间 达城年轻人时兴“运动出游”

“在户外运动热潮推动下,不远行的假期,本地小众玩法,成为年轻人避开人潮、深度探索本地的新选择。

今年国庆假期期间,徒步、骑行……“运动出游”等“轻户外”旅行也正在成为越来越多达城年轻人的新旅行方式。他们利用假期,以不同的方式亲近大自然。与此同时,假日户外消费市场也亮点纷呈、活力十足。



“达州乌托邦”户外徒步群组织开展“铁山秘境”徒步活动。



市民在大山里徒步。

徒步 亲近自然放松身心

近年来,绿色低碳消费也逐渐从新兴理念变成不少人的主流选择。徒步这一户外休闲方式就深受不少达城年轻人的喜爱。

国庆假期期间,“达州乌托邦”户外徒步群组织开展了“铁山秘境”徒步活动。

“路线难度4星,里程20km,路程较长,需要有一定徒步经验的爱好者。”此次徒步拉练的领队刘俊东告诉记者,发布招募信息后,队员们都积极报名,最后确定十余名队员组成了此次的徒步小队。

刘俊东表示,国庆远游免不了拥堵,为了避开人潮,又能到大自然中呼吸新鲜空气、放松心情,他们决定开展徒步活动。

“最初徒步是为了锻炼身体,看看风景,撇开两点一线、朝九晚五的生活工作模式,为生活的可能性翻开更多页,结识更多志同道合的朋友。”参加此次徒步拉练活动的程先生说,后来,他发现徒步的最大意义是向大自然汲取能量,去抵抗生活中的各种负面情绪,找回对生活的热爱。享受徒步的每一分每一秒,感受内心的宁静,让大自然治愈一切。

为了更好地享受此次徒步,程先生还专程添置了徒步鞋、登山杖、登山包、冲锋衣等新装备。他说,正好趁着这次的徒步机会,把之前的徒步旧装备统一换新。

徒步旅行是一种亲近自然、锻炼身体的好方式,但同时也需要注意一些关键事项以确保安全和舒适。

在出发前,详细了解徒步路线的起点和终点、总行程长度以及是否有备用的下撤路线。了解路线的难度和可能遇到的挑战如海拔变化、天气

条件等。选择合适的装备是徒步成功的关键,并携带好徒步的装备和救援绳,以及酒精碘伏、葡萄糖、藿香正气液、止痛药、绷带、膏药贴等应急药品,以备不时之需。如果感到不适或呼吸困难,应立即停止前进并寻求帮助。

骑行 欣赏风景享受自由

作为一种健康、自由的户外休闲方式,除了徒步,骑行也必不可少,这两项运动不仅能增强体质,也能让人们在运动中欣赏沿途风景,感受充分的自由。

“10月5日早上6点钟,在达城北外高家坝立交桥桥下集合,骑行万源,单程或往返。”达州飞鹰自行车队的袁先生告诉记者,有9个人参加了此次骑行万源的活动,1人负责开后勤车,8人骑行,因为在骑行途中,临时遇到下雨,只有4人骑行到了万源,而坚持顺利全程(往返)骑车完成300公里的只有2人。

袁先生提醒,作为骑行者,永远不要和机动车去比较,一定要戴上头盔,保证充足的补给。而且还要带上通讯工具,以及应付简单修理的工具备件,以免“车骑人”。

除此之外,线路规划、天气变化和当地的风土人情都应该掌握,这样才能更好地完成骑行。

据了解,袁先生不仅是一名资深的骑行者,他还经营着一家骑行装备专卖店,据他介绍,一套入门级的骑行装备的价格一般在1500元,专业级的价格在8000—11000元。

值得一提的是,今年国庆假期,骑行运动热度大涨的同时,骑行装备也处于热销状态。自行车、骑行服、骑行鞋、骑行头盔、骑行眼镜成为骑行经济中成交增速最快的品类。

□记者 郝富成



袁先生经营的骑行装备专卖店。