

国际山地徒步旅游指南

International Mountain Hiking Tourism Guide
Development Chapter





连接山地精彩，共享美丽生存
ENJOY THE WONDERS OF MOUNTAINS
SHARE THE NATURAL BEAUTY

“感谢所有为本项目做出努力，并让它变得有意义的人。”

“建设一个可持续发展的旅游业。”

Dominique de VILLEPIN
国际山地旅游联盟（IMTA）主席
曾任法国总理



2020 年新冠疫情给全球旅游业带来了前所未有的沉重打击。在疫情肆虐之际，我们提出了这项研究。旅游业出现了经济危机，但危机同样是转机。我们应该从当今世界以及全球关注的经济问题、社会结构性问题、社会问题和环境问题出发，思考前路如何，推动建设一个可持续发展的旅游业。

重造旅游业，应当利用正当的手段，也就是说旅游业对环境和气候造成的影响应当是可控的。除了山区，还能找到另一处可以为良性旅游活动（包括徒步在内的户外体育活动、出行等）研究提供便利，且兼顾开发、负责及环保的创新实验室吗？

新冠疫情造成的危机就是一个活生生的教训——发展旅游业的同时，绝不能将本地区的其他行业置之不顾。这些行业不管是现在还是将来，都是必不可少的。毕竟，不论是激烈的竞争，还是形势和经济、生态、政治、健康危机导致的突变都可能导致旅游业衰退。如果旅游经济能依靠本地旅游，同时支持本地区行业人员掌握更多的技能，将会培育出一个更具竞争力、更能持续发展的旅游经济。这样，农夫和小商贩也可以成为户外游向导，养殖场场主可以把自己的驴子或马出租给家庭游客，农民可以把土特产卖给往来的游客，并在自家的农家驿站为他们提供住宿和餐饮。15 年前，我还在担任法国全国山区理事会主席，那时候我就注意到这种模式为乡村社区创造了近四分之一的额外收入。

我本身热爱健步、徒步及跑步，这种流行运动成为了城市里的一种社会结构性现象。倡导轻出行及低碳出行的城市规划如典范一般，在各个城市中蓬勃发展。这是一种新的生命伦理学，一种新的世界观。但始终保持着以人为本、负责任的全局观。这已经成为一场改变我们日常习惯和行为的变革。

这一势头沿着联合国的路线坚决地前进着，同时又体现出可持续发展的精神，因此自然而然受到多种实际行动的推动，其中一些行动虽然朴实低调，但仍具有建设性。

我们在本书中赞赏的徒步路线和接待及交流网络的开发不仅是有利于区域发展的倡议，还是能让我们掌握我们动荡的星球的倡议。

Dominique de Villepin



“互联互通，开辟区域”

何亚非 国际山地旅游联盟秘书长（IMTA）

曾任中国外交部副部长

曾任中国驻联合国代表



这本指南不仅是一本面向中国读者的书籍，同时也是面向世界各地的书籍。该书实用且全面，是一个必不可少的工具，它为所有旅游和体育活动活跃地区的项目发起部门和国土整治部门提供了真正的战略和技术支持。

长久以来，道路将人们聚集在一起，跨越河流和山脉，带来知识和货物，并为途经的地区带来活力。而国际山地旅游联盟（IMTA）有意强化这一传统意义。

一想到国内外正蓬勃地开发道路网及步道网，我就心潮澎湃。在后疫情时代，这些路网将帮助我们找到新的、更环保的生活模式。其他大洲把当地使用频率最高的步道连接在一起，集合成一个巨大的省级、国家级、甚至是国际级网络，我们也可以如此。

这是一种生活理念，一种承诺。这个承诺带领我们体验发掘大自然留给人类的宝藏，引领本地与外地的交流，创造一个开放互联的徒步世界。

互联互通，比如中国西部大山里无数的茶马古道。这些区域都在努力实现对外开放、繁荣发展，实现社会经济发展。山地旅游是它们的支柱之一，户外旅行则是另一个支柱。

开放，比如新旧丝绸之路。这条世界性的道路，一直促进着各民族之间的联络，以及商业和文化的交流。

习近平主席提出的“全面建设开放型小康社会，实现人类命运共同体”新发展模式的愿景，就与此一脉相承。习主席也曾是一位资深的登山爱好者，曾担任福建省一家徒步俱乐部的会长。

“徒步+”作为本次研究的理念，其主要内容包括徒步与农业、生态、健康、运动、艺术、景观、内省和修行等诸多领域之间的融合。这个“+”的概念包含了丰富的创意，游客和本地社区均能从中受益。

在寻找方向、追寻价值与追求和平的同时，本指南希望能为当今世界的发展做出贡献。

何亚非





©供图/Pixabay.com：克罗地亚十六湖国家公园内为保护湖泊等敏感自然地带而设置木制徒步区的步道

“社会和经济发展的绿色解决方案……”

章新胜

世界自然遗产联盟理事会主席（IUCN）

曾任联合国教科文组织和世界遗产委员会执行委员会主席

曾任中国教育部副部长



受我的老朋友，世界旅游组织（UNWTO）前秘书长 Francesco Frangialli 之托，我很荣幸能为这本由国际山地旅游联盟（IMTA）支持出版，围绕徒步发展编写的书写几句话。

国际自然保护联盟是保护自然与生物多样性的国际行动先锋，我非常荣幸能担任国际自然保护联盟理事会主席。

1992 年在联合国倡议下，里约热内卢举行了地球高峰会，会上通过了生物多样性保护、可持续消费和公平使用资源等三项关键原则。2002 国际生态旅游年，魁北克召开了世界旅游组织全球高峰会，这场会议为旅游业制定了同样的原则，户外旅游的发展正是其中的一个组成部分。

现在我们认识到，人类几千年的发展过程是如何破坏环境本来的秩序的。其中很大一部分责任都要归咎于人类肆无忌惮的活动。尤其是旅游业。在新冠疫情之前，旅游业作为全球经济的增长的支柱，带来了无数的机会，但同时给环境带来了风险。我们必须重新思考这些管理观念，以便明确其对环境的影响。

2020 年是“世界地球日”设立的第 50 个年头，也是保卫地球健康关键十年的开局之年。21 世纪面临着全球变暖、水资源短缺、污染和生物多样性丧失等巨大挑战。我们任重而道远。要解决这些问题，不仅需要所有人的积极参与，还需要出台相关政策，鼓励和支持推动全球生态文明战略。

向全球推广轻旅游和自愿旅游等良性运动就是其中一项举措。休闲性质的户外徒步活动将逐步提升生机盎然的自然遗产的价值，我们将继续推广兼具旅游和运动性的户外活动，同时摒弃以商业化模式成群结队出游并带来沉重后果的传统观念。这类户外游兼顾了本地旅游和更公平、更节制的利润分配：这些是让世界变得更健康、更平衡、更幸福的前提条件。

在此背景下，国际山地旅游联盟（IMTA）提出依靠环保措施发展轻旅游和徒步，我对此倡议表示欢迎和赞赏，这必将引导公众更好地认识到与环境及环境生物多样性和谐共处的必要性。我衷心希望这种慢节奏的旅行方式，不仅能提振游客的精神，还能让每一位游客通过对徒步道的合理利用，来守护我们美丽的地球。

章新胜 Xingsheng Zhang

“霞慕尼，一个创新和体验的大熔炉”

Eric FOURNIER

霞慕尼勃朗峰市市长



山区居民、山路和山地行业的故事永远被镌刻在霞慕尼的时光里。早在 18 世纪，骡马道就为这座山谷带来了光亮。那时就有来自英国、俄罗斯甚至更远的地方的游客。山区洁净的空气，从海拔 4807米的勃朗峰绵延而下的冰川，都为山谷提供了条件。

霞慕尼的首家山地向导公司诞生于 1821 年。其宗旨是：“规范一个新行业，开发一项兼容户外、体育与旅游的新领域”。几十年后，在国家的支持下，国家登山运动学校在霞慕尼成立。从此，有了为导游和向导颁发文凭的学校。我们想向全世界传递的，不仅有我们作为山区人民的骄傲和心境，还有我们的技能和创新。

作为跨国步道网络的接待点和起点，霞慕尼汇集了勃朗峰周边的一众村庄和度假村，这里的生活幸福美好。无论是居民还是游客，都能在数不胜数的徒步步道上找到幸福，我自己也曾满怀激情地走过这些步道。对前来观光的游客而言，徒步是必打卡的项目。

“勃朗峰地区”城市共同体一直很关注本地步道的维护、创建、接待、推广。世界殿堂级越野赛事——环勃朗峰超级越野耐力赛（UTMB）在这里生根发芽。这条绕“欧洲屋脊”勃朗峰而建的道路是最繁忙的山路之一，它穿越法国、意大利和瑞士三国，是这座山谷、这片高地和整个区域的名片。

霞慕尼一方面努力作为，保持发展当地经济与保护圣山之间的平衡；另一方面，它迫切地保持这条道路作为人类的“共同财产”在夏季和冬季畅通开放。

这本国际山地旅游联盟（IMTA）的作品属于我们所有人。

A handwritten signature in black ink, appearing to read "E. Fournier".



©摄影/高宁 (Serge Koenig)：面对震慕尼勃朗峰的红峰上的步道 (法国，2020 年)

业界专家引言

徒步——乡村的灵魂



“徒步旅行是欣赏乡村和山川美景的绝佳窗口。各地方政府支持的一切体育、文化和户外旅游活动亦是如此。不仅会提高地区的价值，还能吸引本地居民参与其中。我相信这些活动会为创建具有社会联系与交流的集聚做出贡献。”

Joël GIRAUD

法国乡村事务国务秘书



脚尖上的文化



“户外旅游是当代人不可缺少的文化财富。印加文化和安第斯山脉的自然风光不仅赋予我们的徒步步道独特韵味，而且让天生好客的当地村民能够与外地游客交流，为他们提供向导、住宿等服务，向他们展示工艺品和传统。因此，我们应该利用好、保护好这些遗产，并传给子孙后代。这才是我们倡导的模式。”

Rogers Martin VALENCIA ESPINOZA

秘鲁旅游文化部前部长



旅游业是一种附加的价值

“人们对旅游业越来越重视，徒步已成为一项备受肯定的活动。向徒步者发放探险许可，可以促进地方经济发展，为旅游业各部门，例如旅行社、导游、住宿提供者、餐饮业主、商贩、手工艺人、文化活动组织者等提供利润丰厚的活动……这是一个潜力无限的领域！”

Francesco FRANGGIALI

世界旅游组织前秘书长（UNWTO）



徒步旅游——中国山地旅游市场未来可期

在人们日益崇尚绿色、健康生活的后疫时代，徒步旅游将倍受追捧，为山地旅游发展增加动力，中国亦将在这一新兴领域发挥出巨大潜力。《国际山地徒步旅游指南》是国际山地旅游联盟献给决策者、市场主体和徒步爱好的礼物，希望它成为我们共同追求“幸福旅游”的指引。

傅迎春

国际山地旅游联盟执行秘书长



徒步经济

“徒步作为经济发展的一个重要引擎，但其开发要在环保的前提下进行。在我国，游客能以悠然闲适的方式在雄伟的喜马拉雅山脉上漫步。山地旅游市场对所有利益相关者都有利，不论是公共和私营部门还是当地社区。近 70 年来，徒步旅行帮助尼泊尔实现了土地和社会的转变。”

Achyut GURAGAIN

尼泊尔旅游和旅行社协会主席



志愿服务的价值



“任何处于 21 世纪的发达社会都离不开志愿者的工作、投入和他们的技能。是志愿者创造并维护着这些步道；是志愿者带着满腔热忱，赋予这些步道生命；是志愿者奉献自己、服务社会的想法激励着他们投身于此。无论现在还是将来，任何发展户外旅游活动的宏观政策都离不开志愿服务。”

Boris MICIC

欧洲徒步旅行联合会主席

徒步：一项定制式运动



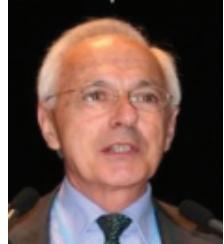
“在运动场外进行的各类步行项目让我想到了过去的奥运会。比如1896年雅典奥运会的马拉松和1908年伦敦奥运会的竞走。未来，徒步运动将成为实践奥林匹克精神的模范。它承载着休闲式徒步的前景，即徒步运动是联系着体育和旅游的纽带。我们憧憬旅游能融入体育领域。我们展望未来时，将一直以此为标杆。”

尼玛次仁

中国奥林匹克委员会成员

原中国西藏自治区登山协会名誉主席

教育——徒步的组成部分



“可持续发展建立在一种全新的教育观之上，这种教育观能够使各年龄段的人有足够的责任感，从而能够为我们所有人及子孙后代创造一个可持续的、美好的未来。徒步必然符合这种普遍概念。这是一种伦理道德标准！”

Michel RICARD

联合国教科文组织可持续发展教育、培训及研究讲座教授

黄山——自然体验更加多元



心灵的安静已经成为都市人的一种需要。当然，在黄山发展生态旅游、徒步旅游产品也要符合国情，并制定相应的规定以采取严密的保护措施。因为在中国人口基数庞大，游客数量众多，没有严密的保护措施，必将对生态造成破坏。所以，我们将对此特别关注。

我感谢国际山地旅游联盟为推广“徒步旅游”这种绿色生态的旅游方式做出的尝试。它是带给大自然和山地旅游的宝贵作品。黄山很荣幸能在这个领域做出自己的贡献。

孙勇

中国安徽省黄山市委副书记 市政府党组书记、市长

黄山风景区管委会主任

“当徒步与健康融合时，行走是人类最好的补药”

希波克拉底

古希腊哲学家、医学之父

公元前五世纪



领衔作者
高宁 (Serge Koenig)
曾任法国驻中国大使馆山地专员
曾任法国体育部户外运动和可持续发展顾问
曾任国家滑雪登山学校向导教授
曾任霞慕尼向导公司高山向导及勃朗峰萨瓦大学旅游体育讲师
法语翻译：李醒

Maurice·BRUZEK 向作者提出的五个问题

采访者曾担任法国奥委会国家户外运动委员会主席

MB：您出于何种原因，接受牵头这项研究的？

高宁 (SergeKoenig)：“这是一项伟大的社会项目，我想参与其中。其意义非凡。这个项目涉及人文维度与区域维度。而且涉及人员众多，他们的国籍社会背景各不相同。就我自身而言，我与运动、户外以及山地的渊源以及我与中国的情谊，让我自愿为此项目做出贡献。这本书是我的全部心血。”

MB：中国以及中国的区域在这方面有什么优势？

SK：“户外运动是一项世界流行的运动，所以本书也具有普遍适用性。就中国而言，其旅游活动及户外体育的发展潜力十分巨大。中国政府也专门出台了政策。这方面的增长不仅来源于中国的内部消费，也与旅游及体育服务有关。中国有着庞大中产阶级群体，能实现增长也依赖于此。2022 年，中国将举办冬奥会，这将刺激整个户外运动行业的发展，尤其是山地旅游文化。不过这种势头得汲取环保教训，并为其他经验带来好处。”

MB：这项研究有什么亮点？

SK：“我们的研究为两份相辅相成、图文并茂的报告。第一份报告通过具体的例子概述了全球户外活动的现状。第二份报告可以作为政府部门、旅游局、协会、徒步服务运营商等徒步项目责任方的规范细则。这本书提供的大量信息与建议可以作为辅助，帮助项目落地并找到一种平衡的管理方法。每一章围绕一个主题展开探讨，因此可单独阅读。我们的研究对象广泛且繁多。总之，这份报告可以看做国际山地旅游联盟系列书籍中的第一部书籍，以促进自行车、滑雪和登山等其他活动的发展。

MB：这项研究应当会催生一些项目，需要准备什么资源呢？

SK：“原则上，徒步步道的开辟和管理并不需要大量的财政投入或重大的结构性调整。但是，它需要脚踏实地，特别是在环境和安全事项方面。这本书的一项目标便是提出若干方案，建成一个环保的、有道德约束的、公平的旅游业。”

MB：如果用 4 个词来总结您对这种预期动态的看法，会是哪四个词呢？

SK：“创造、环保、责任、团结。我还要补充一点，就是要把事情再看得神圣一些。以及承诺和分享的快乐。”

感谢为本书内容做出贡献的朋友们

Frédéric BIEBE: 法国阿尔萨斯旅游发展局（ADT）工程部
Benjamin BILLET: 欧洲户外运动网络（ENOS）秘书长
Laurent BOIVEAU: 自然摄影师，喜马拉雅及马达加斯加徒步专家
Lieutenant Stéphane BOZON 中尉，法国上萨瓦省高山救援宪兵队队长
Maurice BRUZEK: 法国国家奥林匹克委员会国家户外运动理事会前主席
François BURTHEY: 法国国家登山运动学校山地向导培训师
Yohan CAZAUBON : 法国雷恩第二大学体育管理专业体育科技与运动学（STAPS）硕士
Claire CRUBLET: 体育社会学博士
Armand DUCORNET: 欧洲徒步者协会副主席
Awadhesh K DAS: 尼泊尔旅游业理事会成员
Claude JACOT: 霞慕尼市副市长、法国国家山区安全观察站
Jean-KLINKERT: 法国科尔马孚日俱乐部名誉主席
Séverine IKKAWI: 法国步行远足联合会（FFRP）路线/ 营销/ 商业化总监
Valérie LECURIEUX: 法国步行远足联合会（FFRP）内容开发与制作部路线负责
Yves LESPERAT: 法国步行远足联合会（FFRP）前国家技术顾问
François MARSIGNY: 法国国家滑雪登山学校（ENSA）登山系主任
Boris MICIC: 欧洲徒步者协会（ERA-EWV-ERP）主席
Domenico PANDOLFO: 意大利徒步联合会主席、欧洲徒步协会副主席
Jules PIJOURLET: 法国 UTMB® 集团可持续发展和地区关系部负责人
Bill & Marika ROBERSON: 自然与文化历险公司主席
Eric THIOLIERE: 霞慕尼向导公司登山向导、上萨瓦省徒步步道技术顾问
Roger M. VALENCIA: 秘鲁前旅游部长和前文化部长

专家

Claire CRUBLET: 雷恩第二大学体育社会学博士
François BURTHEY: 林业和野生领域农业工程师, UIMLA 前主席
Valérie LECURIEUX: 法国步行远足联合会（FFRP）内容开发与制作部路线负责人
Yves LESPERAT: 法国徒步联合会前国家技术顾问
Michel Ricard: 联合国教科文组织可持续发展教育、培训及研究负责人
Eric THIOLIERE: 上萨瓦省徒步向导及步道技术顾问
卫超: 教授级高级工程师、黄山旅游股份副总裁
王晓宁: 法国萨瓦大学运动休闲法硕士、熊猫国际董事长

指南编审

吴 迈 国际山地旅游联盟副秘书长
潘 航 国际山地旅游联盟综合业务部主任
袁晓宇 国际山地旅游联盟综合业务部职员
孙衍华 江苏熊猫国际旅游发展有限公司
汪毛毛 江苏熊猫国际旅游发展有限公司
宋 奕 江苏熊猫国际旅游发展有限公司

合作执行单位



为本书内容做出贡献的部分市镇和协会





国际山地 徒步旅游指南 发展篇

International Mountain
Hiking Tourism Guide
Development Chapter

- 01 研究范围** PAGE 01
- 02 历史悠久而大众化的活动** PAGE 05
- 03 当地旅游业的绝对优势** PAGE 11
 - 自然-日益增长的需求
 - 在国内徒步旅行
 - 在假期里徒步旅行
 - 对旅游运营商和从业者而言充满机遇的市场
 - 对欧洲的影响
 - 对北美洲的影响
 - 中国的潜力
 - 徒步工具及装备市场
 - 徒步旅行未来可期
- 04 其他国家、其他管理和组织模式** PAGE 45
 - 美国
 - 日本
 - 瑞典
 - 法国
 - 塞尔维亚
 - 尼泊尔
 - 秘鲁
 - 马达加斯加
 - 其他地区及其他管理模式
 - 步道管理与志愿服务：黄金合作伙伴关系
- 05 跨境步道，欧洲徒步协会** PAGE 85
 - 50年历史，汇集了来自35个国家的65个组织
 - E12地中海步道
 - 2000年欧洲徒步大会
 - 欧洲最佳优质步道标志
- 06 根据当地的吸引力开发步道项目** PAGE 105
 - 打造世界级旅游吸引力
 - 打造区域级旅游吸引力
 - 打造本地级旅游吸引力
 - 环境退化
 - 从步道品牌到知名区域
- 07 今日趋势-家门口的徒步旅行** PAGE 143
 - 家门口的“微度假”
 - 大自然、徒步旅行与新冠疫情
- 08 “徒步+”与“步道+”** PAGE 153
 - “徒步+”
 - “步道+”
- 09 步道活动分类与徒步者类型** PAGE 171
 - 徒步分类与徒步道类型
 - 徒步者的类型

研究范围

1

随着休闲社会和消费社会的出现和发展，与消遣性、娱乐性及运动性徒步相关的体育学科也在增多。

最受欢迎的当属徒步旅行。徒步旅行通常选择兼具休闲及旅游的路线，既为当地社区提供娱乐和资源，也为游客提供消费服务。

步行锻炼自古就有。如今，步行锻炼兼具娱乐与体育性质的变化引发，各国对这种变化的思考，并提出了具有针对性的方案，比如土地规划，乡村、经济及旅游振兴，教育及社会凝聚力，环境保护，安全，习俗冲突，法律等。

本报告分为两部分，将介绍国际上有参考价值的案例，并研究如何在发展与保护之间寻求平衡，从而为步道建设项目提供实用建议。

因此，本报告主要涉及徒步旅行及与之接近的衍生学科。



沿小路及步道的徒步旅行:本研究未涉及

徒步旅行

研究范围



越野跑



竞速徒步



简易铁道攀岩



摩托车



骑行



骑马



轻户外旅行包括徒步和骑行，“轻”体现着一种质朴的精神，“轻”可以让两种运动方式公用一处运动空间。

当徒步者与采用其他较快旅行方式（如越野骑行或山地自行车）的人使用同一条步道时，两者之间可能会出现紧张的关系。毕竟，一方的活动可能会打扰另一方，甚至将另一方置于危险中。比如机动化的休闲活动会发出噪音、产生污染、破坏道路，具有潜在的危险性，所以这种活动必须在专门的区域内进行，与其他活动分开，远离居民区和敏感的自然区域。



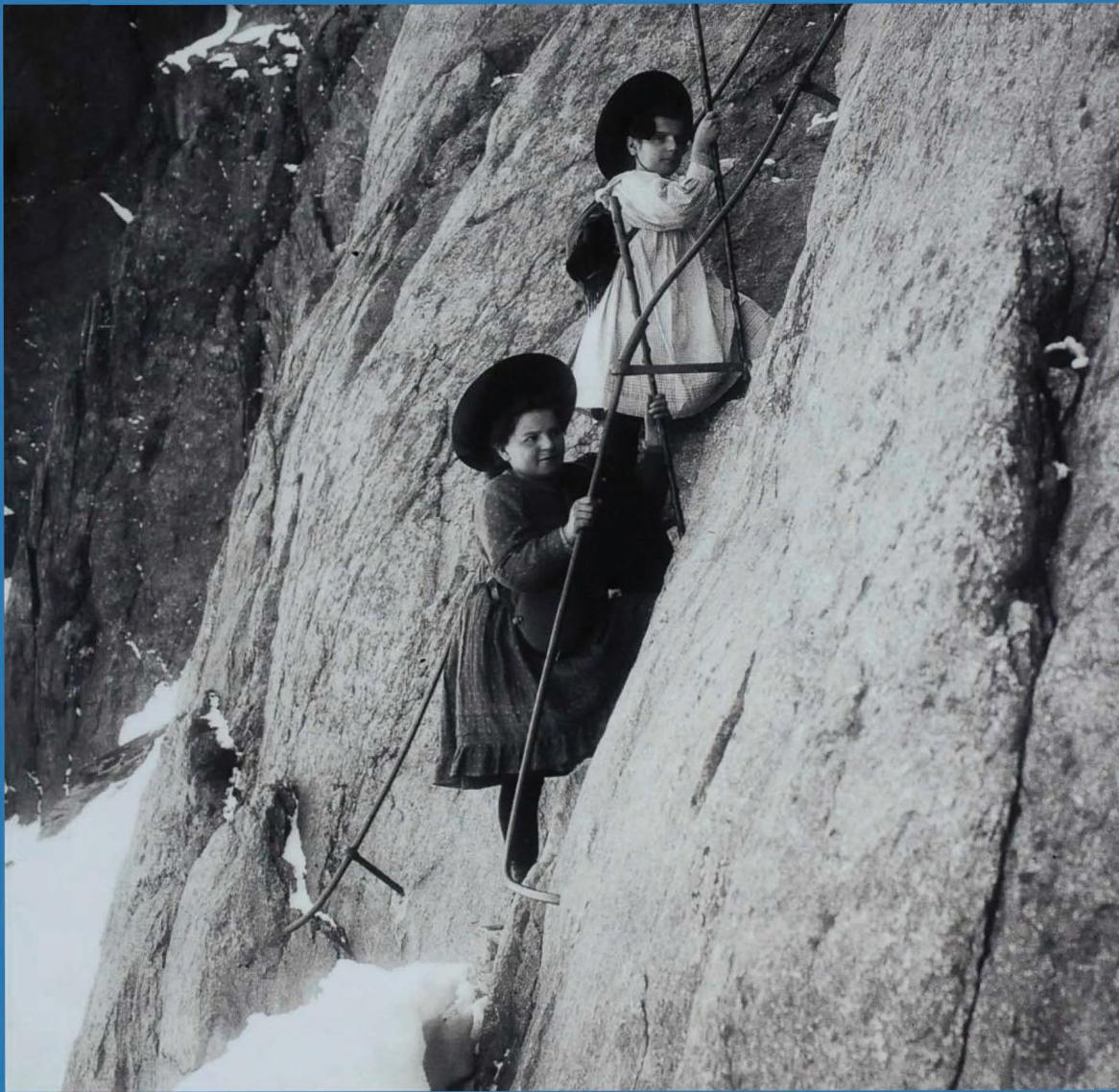
其他形式的轻户外旅行

其他类型的轻户外旅行是指除沿着小径和步道徒步以外的户外游，例如雪地徒步、水上运动、滑雪、地下穿越、冰川徒步、水下运动等。在本研究报告中并未涉及这些活动。



历史悠久而大众化的活动

2



©供图/OT Chamonix: 过去的徒步



©摄影高宁/阿尔卑斯-四川合作处：四川甘孜自治州贡嘎山徒步之旅（中国，2015）

徒步旅行老少皆宜，没有男女之别，没有社会界限之分，是一种大众化的活动。其内涵在于始终能拉近各类人群、各种文化之间的距离。自德国、法国、瑞士、奥地利、意大利、西班牙、英国等国家开发跨区域甚至跨境徒步路线后，生活在欧洲的人们对徒步旅行就有了这种认知。

对中国而言（中国正在制定相关“国际指南”促进徒步旅行发展），其自然地理条件和气候条件适合发展各种形式的徒步旅行。中国的徒步传统也为徒步旅行尤其是山区徒步的发展提供了发展的土壤。自古以来，大山便是逃离平原酷热夏日的避暑胜地，热爱徒步的人们、画家和诗人一直被大山自身带有的象征意义吸引，在此耕耘、冥想与祈祷。近年来，新兴的体育休闲消费为大家提供了与大自然亲近的一种新方式，其促进经济发展的同时也推动了旅游业的发展。本指南将对此予以阐述。

众所周知，徒步一直以来便是五大洲常见的出行方式，最初由于贫穷、流浪或具有宗教性质的朝圣而徒步，具有现代意义的娱乐性徒步活动则出现于十八世纪的西方，从当时徒步修士最早的修行记录中，从当时在大自然汲取灵感的画家、哲学家及诗人的作品中便可以看到一二。十九世纪出现了早期的徒步旅行俱乐部和早期的徒步旅行规划项目，以便大规模开发、维护和划定多条旅行路线。二十世纪，由于带薪休假的出现与推广，以及私家车、火车的出现促进了旅游及休闲活动的普及，徒步旅行得到了极大的发展。

如今，不仅是对于旅游业、区域规划、文化认知以及人与自然的关系来说，还是对公共健康来说，徒步旅行已成为地区发展的一张王牌。当今世界，越来越多的城市居民承受着来自生活和工作的压力，他们渴望“更好的消费、更好的生活”，而徒步旅行正好可以满足人们重新发现大自然和出发寻根的渴望。

此外，在向地方政府和旅游部门提出的涉及地区及旅游开发的诸多申请中，其主题均涉及徒步旅行。由于政府对地区未来挑战的忧虑，徒步旅行已经被视为发展经济、开展环境教育、促进区域间协调、加强城乡联系、推动运动和卫生事业发展的政策载体。

一座山村，可以徒步游玩.....

一个省，可以徒步游览.....

一个国家，可以徒步旅行.....

一个大洲甚至全世界，可以徒步穿越或徒步漫游。

徒步旅行极其简单，极具普遍性，您只需迈步前行。

HIKINGMAP™



KEY

- Length (km) ($1\text{km} = 0.62\text{mi}$)
- Elevation (m) ($1\text{m} = 3.28\text{ft}$)
- Trail Time (in hours, walking, non-stop)
- Heritage
- Very Remote
- Biking

- Mountain
- Desert
- Forest
- Shortline
- Varied
- Urban
- Prairie
- Heritage
- Jungle
- Wetlands
- Arctic/Tundra
- Glacier
- Easy
- Intermediate
- Advanced
- Long Distance

- Defence Line of Amsterdam -- 185 \bigcirc 92 \triangle \square \diamond
- Barre Wallker's Trail -- 95 \bigcirc 94 \square 1492 \triangle
- Neman River Trail -- 40 \bigcirc 24 \triangle \square
- The Alpine Paths of Ignatius -- 20 \bigcirc 16 \square
- Cathar Emirates -- \bigcirc 94 \triangle \square
- Escalante -- 23 \bigcirc 10 \triangle \square
- Churros de Peñal in Javor and Somiedo -- 81 \bigcirc 6 \square
- Long Sumatra -- 100 \bigcirc 100 \triangle \square
- Long Sumatra, Nusa Penida, Gili Islands -- 100 \bigcirc 100 \triangle \square
- Horizon Blue Trail -- 250 \bigcirc 250 \square \triangle
- King Ludwig Trail -- \bigcirc 16 \square 179 \triangle
- Shubuk Rockwalk Route -- 10 \bigcirc 10 \square 1290 \triangle
- Pinang Ridge -- 25 \bigcirc 10 \square 1498 \triangle
- Mount Kinabalu -- \bigcirc 14 \square 1492 \triangle

- High Coast Trail -- 460 \bigcirc 24 \square
- Gullfoss -- 150 \bigcirc 4m \square 1494 \star
- Jökulsárlón Triangle -- 49 \bigcirc 10 \square
- Johannesburg Traverse -- 91 \bigcirc 18 \square 1267 \triangle
- Hausbergwände Plateau Thruht -- 145 \bigcirc 30 \square
- Harranger Foothill Trail -- 6 \bigcirc 24 \square
- Kitzbühel Summit -- 92 \bigcirc 16 \square 1097 \triangle
- Rope Way -- 120 \bigcirc 120 \square 120 \triangle
- Wet Highlands Way -- 185 \bigcirc 16 \square
- Antim Hills Way -- 35 \bigcirc 20 \square 1494 \star
- South Edge of Tigray -- 38 \bigcirc 14 \square 1600 \square
- Wukro Way -- 21 \bigcirc 10 \square 1620 \square
- Dobbi Mountains Way -- 18 \bigcirc 16 \square 1643 \square
- Augrabies Way -- 240 \bigcirc 100 \square 1645 \square
- Give More Mountain Trail -- 46 \bigcirc 10 \square 100 \square 1646 \square
- Ray Roberts East Shoreline -- 6 \bigcirc 24 \square 1647 \square
- Three Canadas Trail -- 20000 \bigcirc 100 \square 1648 \square
- Kukum Nature Park -- 22-25 \bigcirc 10 \square 1649 \square
- Celtic Shores Coastal Trail -- 72 \bigcirc 16 \square 1650 \square
- Appleton Trail -- 38 \bigcirc 6m \square 1651 \square
- The Carriage Trail of Acadia NP -- 32 \bigcirc 16 \square 1652 \square
- Helvellyn Trail -- 101 \bigcirc 10 \square 1653 \square
- Beloma Trail -- 10 \bigcirc 10 \square 1654 \square
- Glyderau Falls, North/South Loop -- 15 \bigcirc 16 \square 1655 \square
- Llanberis highlands Hiking Trail -- 12 \bigcirc 60 \square 1656 \square
- Greenister River Trail -- 24 \bigcirc 10 \square 1657 \square
- New River Trail -- 12 \bigcirc 10 \square 1658 \square
- Foothills Trail -- 422 \bigcirc 6a \square 1659 \square
- Mountains To Sea Trail -- 155 \bigcirc 100s \square 1660 \square
- Florida National Scenic Trail -- 2255 \bigcirc 100s \square 1661 \square
- Camino de Santiago -- 200 \bigcirc 100s \square 1662 \square
- Algarve Way -- 20 \bigcirc 2a \square 1663 \square
- Fukushima Trail -- 111 \bigcirc 10 \square 1664 \square
- Solomon to Sagres Coastal Trail -- 100 \bigcirc 10 \square 1665 \square
- Caravans of Algeria -- 14 \bigcirc 4a \square 1666 \square
- Mt. Helder Valley Escarp -- 40 \bigcirc 15 \square 1667 \square
- Toubkal Circuit -- 40 \bigcirc 15 \square 1668 \square
- Ruta de los Volcanes -- 27 \bigcirc 10 \square 1669 \square
- Barranco de los Cenocibales -- 7 \bigcirc 1a \square 1670 \square
- CAPE VERDE
- Santa Antónia Traverse -- 42 \bigcirc 10 \square 1671 \square
- Djome -- 6 \bigcirc 10 \square 1672 \square
- Paige Dogon Trek -- 320 \bigcirc 10s \square 1673 \square
- Royal Palaces of Abomy -- 8 \bigcirc 10 \square 1674 \square
- Mount Cameroon -- 20 \bigcirc 10 \square 1675 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1676 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1677 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1678 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1679 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1680 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1681 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1682 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1683 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1684 \square

- Snow in Brazil -- 27 \bigcirc 10 \square 1685 \square
- Bali Forest -- 2 \bigcirc 10 \square 1686 \square
- Amber Trail -- 182 \bigcirc 10s \square 1687 \square
- Via Alpina -- 499 \bigcirc 10s \square 1688 \square
- Police Lakes National Park -- 17 \bigcirc 10 \square 1689 \square
- Horst Trail -- Verdon Gorge -- 10 \bigcirc 10 \square 1690 \square
- Eiger Trail -- 10 \bigcirc 2a \square 1691 \square
- Alpaka Glacier -- 10 \bigcirc 10 \square 1692 \square
- Gorge Trail -- 111 \bigcirc 10 \square 1693 \square
- Fluropoly Trail -- 42 \bigcirc 10 \square 1694 \square
- Ilampi Creek -- 22 \bigcirc 10 \square 1695 \square
- Sierra Nevada -- 6 \bigcirc 10 \square 1696 \square
- Bellavista District -- 11 \bigcirc 10 \square 1697 \square
- Villarrica Traverse -- 11 \bigcirc 10 \square 1698 \square
- File Roy Loop -- 41 \bigcirc 10 \square 1699 \square
- Cerro Campanario -- 5 \bigcirc 10 \square 1700 \square
- Naknek Rafting Thru -- 10 \bigcirc 10 \square 1701 \square
- Lago Uso Circuit -- 44 \bigcirc 10 \square 1702 \square
- Perito Moreno Glacier Walk -- \bigcirc 10 \square 1703 \square
- MU Circuit -- 91 \bigcirc 10 \square 1704 \square
- Dientes Circuit -- 53 \bigcirc 10 \square 1705 \square
- Carre del Maico Trail -- 48 \bigcirc 10 \square 1706 \square
- Colonia Del Sacramento Historic Quarter -- 8 \bigcirc 10 \square 1707 \square
- Estreito da Graciosa -- 31 \bigcirc 10 \square 1708 \square
- Petrópolis to Teresópolis -- 10 \bigcirc 10s \square 1709 \square
- Tijuca Forest -- 5 \bigcirc 10 \square 1710 \square
- Levada to Vila do Capão -- 25 \bigcirc 10 \square 1711 \square
- Vale do Polô -- 10 \bigcirc 10 \square 1712 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1713 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1714 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1715 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1716 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1717 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1718 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1719 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1720 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1721 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1722 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1723 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1724 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1725 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1726 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1727 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1728 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1729 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1730 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1731 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1732 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1733 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1734 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1735 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1736 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1737 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1738 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1739 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1740 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1741 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1742 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1743 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1744 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1745 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1746 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1747 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1748 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1749 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1750 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1751 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1752 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1753 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1754 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1755 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1756 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1757 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1758 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1759 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1760 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1761 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1762 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1763 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1764 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1765 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1766 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1767 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1768 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1769 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1770 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1771 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1772 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1773 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1774 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1775 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1776 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1777 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1778 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1779 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1780 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1781 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1782 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1783 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1784 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1785 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1786 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1787 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1788 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1789 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1790 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1791 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1792 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1793 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1794 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1795 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1796 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1797 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1798 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1799 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1800 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1801 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1802 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1803 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1804 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1805 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1806 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1807 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1808 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1809 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1810 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1811 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1812 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1813 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1814 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1815 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1816 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1817 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1818 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1819 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1820 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1821 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1822 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1823 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1824 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1825 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1826 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1827 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1828 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1829 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1830 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1831 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1832 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1833 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1834 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1835 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1836 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1837 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1838 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1839 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1840 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1841 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1842 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1843 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1844 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1845 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1846 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a \square 1847 \square
- Oluwange Della Walking Safari -- 10 \bigcirc 10 \square 1848 \square
- Nando Neukluft Hiking Trail -- 20 \bigcirc 10 \square 1849 \square
- Fish River Canyon Thru -- 15 \bigcirc 50 \square 1850 \square
- Klippringer Hiking Trail -- 40 \bigcirc 10 \square 1851 \square
- Ram of Africa -- 600 \bigcirc 10 \square 1852 \square
- Scilane Walking Thru -- 20 \bigcirc 2a \square 1853 \square
- Waterberg Wilderness Thru -- 15 \bigcirc 2a $\square</$



for more awesomeness, visit us at
www.awesome-maps.com
Copyright 2020 Awesome Maps - all rights reserved
Artwork by Lars Seifert

当地旅游业的绝对优势

3

从旅游业的经济影响和社会影响看，徒步活动非常重要，而且兼容并蓄。

今天，大众旅游因其带来的环境后果而受到越来越多的诟病，相对而言，徒步活动代表了一种能替代大众旅游的良性模式。徒步旅行可以看做是一种能分散游客流量的工具，在空间维度和时间维度上，其都能够产生经济效益。

章节目录

- 3.1 自然—日益增长的需求
- 3.2 在国内徒步旅行
- 3.3 在假期里徒步旅行
- 3.4 对旅游运营商和从业者而言充满机遇的市场
- 3.5 对欧洲的影响
- 3.6 对北美洲的影响
- 3.7 中国的潜力
- 3.8 徒步工具及装备市场
- 3.9 徒步旅行未来可期



©高宁 (Serge Koenig) : 康巴圣地的喜马拉雅之花 (中国, 2015 年)

3.1

自然日益增长的需求

如今，世界上约 56% 的人承受着紧张的城市生活和强调速度与效益的数字社会带来的巨大压力。徒步凭借其慢节奏、放松身心的优势成为备受追捧的休闲方式，也就不足为奇了。

72% 的瑞士人、62% 的德国人、60% 的法国人……他们认为到大自然中去是最有效的“充电”方式。徒步不仅让参与者置身于大自然，最重要的是让参与者在大自然里锻炼身体，消除和摆脱日常生活带来的压力。徒步是人们在闲暇时间里最喜爱的户外活动，远远领先于其他活动。加入徒步行列的人也正在不断增多。

一些徒步文化浓厚的国家甚至将这种与自然重新联系的方式作为旅游的营销口号。

(资料来源：世界银行；索托莫研究所)





©摄影/Mimmo-Domenico Pandolfo：在多洛米蒂山脉从 Passo Pordoi 到 Passo Fedai 的步道上徒步旅行（意大利，2014 年）

3.2

在国内徒步旅行

从全球范围来看，一个国家的“人类发展指数”越高（人类发展指数是指涵盖国民健康/寿命、教育水平、生活水平，包括人均国内生产总值在内的综合指标），当地居民就越倾向于加入休闲及运动式活动，例如徒步。

许多国家，特别是发达国家对此都有统计，下面是一些数据。



欧洲-瑞士

- ◆ 在瑞士，44%的人口徒步，即约有 270 万人。

(资料来源: *Suisse rando*)



欧洲-德国

- ◆ 47% 的 14 岁及以上的人经常或偶尔徒步，约 3884 万人。

(来源: *Statista, 2019 Wanderer in Deutschland nach Alter*)



欧洲-法国

- ◆ 25% 的人参与徒步（大约 1600 万至 1800 万法国人），其中 1/3 的人经常徒步。

(来源: 法国体育部国家户外运动资源中心)



欧洲-英国

- ◆ 3500 多万英国成年人每年至少进行一次休闲式徒步，约占该国总人口的 63%。

(来源: *ramblers.org.uk*)



大洋洲-澳大利亚：

- ◆ 14 岁以上的澳大利亚人中，27.3% 表示经常或偶尔徒步，约有 530 万人。

(来源：罗伊摩根研究所)



北美洲-加拿大

- ◆ 85% 的人为了休闲娱乐而徒步，约 3200 万人。

(资料来源：CFLRITrailMonitor, 由 GoforGreen 和加拿大百科全书出版)



北美洲-美国

- ◆ 15% 的人进行徒步旅行，约 4786 万人。

(资料来源：Statista 2016 年-2018 年美国徒步参与者)



亚洲-日本

- ◆ 8% 的人喜欢徒步，25.5% 的人喜欢散步，分别为约 1000 万和 3200 万人

(来源：Statista et Stats-Japan 2018)



南美洲-秘鲁

- ◆ 600 万秘鲁人日常步行出行，占全国总人口的 20%；
- ◆ 100 万秘鲁人把徒步当做消遣，占全国总人口的 3.5%。
- ◆ 数百万秘鲁人进行朝圣式徒步。

(资料来源：秘鲁旅游部)

当地社区使用各种类型的步道，满足不同使用者的广泛期望。许多国家的步道活动参与部门，不论是行政部门、市政当局，还是协会、联合会、私人经营者都认为，徒步市场潜力巨大，并将以指数级的速度发展。

地方使用实例：纽约步道



纽约步道（美国）

纽约州步道委员会成立于 1981 年，由十几个步道用户团体构成，以确保公民正常参与步道的规划与管。2019 年，据该委员会估计，当地用户每年使用临近步道开展活动的天数超过 1.8 亿天。



除了当地居民外，来自其他地区和国家的一部分徒步游客也使用这些步道。

以瑞士为例，每年到瑞士旅游的 30 万外国游客中，有 46.7% 的人表示会在停留期间进行徒步，这些游客不仅有德国人、比利时人、法国人、荷兰人，也有中国人、韩国人和日本人。

(资料来源：Suisse Rando, 2018 年)



©摄影/高宁 (Serge Koenig)：在阿尔卑斯山红峰（法国，2020）

3.3

在假期里徒步旅行

正如我们所了解的那样，步行和徒步不仅成为了许多国家最流行的一项休闲活动，同时还促进了当地旅游业发展。外地游客同样会对这类活动产生兴趣，他们还可以选择短距离漫步——不仅简单而且路程短，或者选择具有运动性质的多日徒步，从而获得徒步旅行的乐趣。

新西兰堪称其中教科书式的典范。该国从两大方面强力发展国内及国际徒步旅游：

- ◆ 自然方面：新西兰拥有 3 个被列为世界遗产的大型自然保护区；
- ◆ 徒步方面：新西兰共建设步道 14000 公里，拥有 9 条贯穿南部和北部诸岛的多日徒步路线，并提供从几个小时到一天不等的一系列徒步产品。

根据新西兰旅游局的统计数字：

- ◆ 73% 的国际度假游客选择徒步游；
- ◆ 14% 的人表示徒步游是决定他们选择新西兰作为旅行目的地的一项因素；
- ◆ 那些到新西兰徒步游的旅客比其他旅客停留的时间更长，花费也更多。徒步游游客花费为 3000 美元，其他游客为 2800 美元。徒步游游客的平均停留时间为 19 天，其他非徒步游的旅客的平均停留时间为 16 天；
- ◆ 大多数国际游客会参加平均耗时 3 小时的短距离徒步。

短距离徒步深受新西兰旅游各大主要市场欢迎，长距离徒步备受德国和英国游客青睐。



国籍						
徒步游客百分比%	29%	15%	11%	7%	6%	3%
从徒步的类型来看%						
耗时几个小时的短途徒步	59%	52%	67%	71%	73%	43%
一日徒步游或多日高山徒步游	17%	14%	27%	34%	34%	18%

(来源：新西兰旅游局，2020 年 5 月 27 日)

新西兰徒步旅游市场的重点目标群体为来自澳大利亚、美国、英国和德国的 45 岁及以上的人群。这些游客在旅行时更看重自然风景，而且相当一部分人是经验丰富的徒步者。

新西兰徒步旅游市场的第二大目标群体是澳大利亚、美国、英国、德国、日本和中国的游客，他们在停留期间会选择徒步旅行。徒步可能不是他们的主要旅游方式，但他们只要有过一次时间合理、难度适中、能达到他们期望的徒步经历，那么他们就会再次产生徒步旅行的想法。

他们都希望能够沉浸在自然环境中，并且以他们自己的节奏去探索自然，他们可以：

- ◆ 亲近大自然、接触野生动植物、欣赏风景；
- ◆ 体验多种多样的步道和自然环境；
- ◆ 感受当地人的热情好客，感受当地文化，以及享受当地专业向导的陪同旅行。

新西兰国内徒步旅游业能取得成功，一大关键便是新西兰环保部（DoC）与新西兰旅游局之间的密切合作，向重点目标客户有序地推介本地户外市场。

除了维护和开发步道网络、提供相关服务外，他们还进场对步道进行满意度调查，并利用社交媒体推广获得好评的步道。开展这种营销的原因很简单：通常，人们在选择度假目的地时，朋友和家人的推荐起着决定性因素……





©摄影/高宁 (Serge Koenig)：贵州格凸河景区穿过穿上洞一束阳光 (中国 2008 年)



3.4

对旅游运营商和从业者而言充满机遇的市场

对那些专门提供区域和国际徒步旅行产品的中小型企业旅行社而言，这一利基市场也是一个机会。“徒步旅行”曾经给人一种“老年活动”的刻板印象，如今摆脱了这种印象后，越来越多的年轻人选择了“徒步旅行”作为度假方式。



欧洲有许多开在徒步者途经的自然区内小型旅行社。这些旅行社一般开在山脚下，例如法国的格勒诺布尔和里昂。尽管旅游产品线上预订竞争激烈，但这些旅行社却生意兴隆。因为这些旅行社提供菜单式、量身定制、个性化行程安排。也就是说，与徒步旅行者一起制定计划，这就是他们的优势。这些旅行社更愿意与人面对面地接触，并借助自身的经验和对地形的了解为客户提供服务。

探索方向、尊重环境、与当地社区交流是他们 DNA 里不可或缺的一部分。他们提供的旅游产品新潮，可持续且对环境负责，同时其客户群体与大众旅游的客户群体不同，其产品路线与传统旅游路径也不同，这类旅行可视作传统大众旅游的替代方案。徒步旅行在整合公平旅游、农业旅游、生态旅游、

“慢”旅游这些基本概念方面起到了名副其实的作用。同时，这类旅行方式也符合从业者和客户的期望。欧洲各国居民在其国内进行为期 3 到 4 天的团队徒步旅行每人需要花费 350 到 600 欧元（含向导和装备），一次简单的出国游需要花几千欧元，而到欧洲以外国家量身定制为期 2 到 3 周的行程则需要上万欧元。

（图片：加拿；南极洲动大户外徒步旅行；法国阿尔卑斯山地区农业旅游；尼泊尔高山徒步游物主题徒步旅行；哥斯达黎加公平旅游）

本地徒步者喜欢自由行，一些游客则会聘请向导提供服务，如此一来，不仅可以确保徒步旅行顺利安全，而且专业人士教授与徒步穿越区域有关的常识可以提升徒步的趣味性。这类拥有专业步道知识的人员就是“山地向导”。他们的专业知识丰富，不仅涉及健走、健身、长途徒步旅行与自然只是，他们还能为企业团体、儿童、残疾人提供帮助。他们提供的服务为套餐产品或一日游产品等付费项目。针对山地向导的培训是徒步旅游业发展中非常重要的一个方面。

瑞士（850 万人口）大约有 500 名持证山地向导，他们大多数是自由职业者，自己联系私人客户或与专业旅行社合作。他们一天的收费标准是 550 美元，半天为 430 美元。每位专业向导接待的团队人数不得超过 10 人。代表山地向导主要的国家机构是“瑞士山地向导协会（ASAM）”，协会以捍卫这一职业的权益为使命。

法国（6600 万人口）大约有 3500 到 4000 名持证“中等海拔山地向导”，其中 80% 为自由职业者。收费标准为每天 200 到 300 美元不等，视徒步类型而定。代表山地向导的主要机构为“全国山地向导公会”。

这些代表机构与各个地区、山地运动官方机构、旅游部门、国家公园、政府部门等保持合作伙伴关系。这些代表机构同样加入了国际山地领队协会联盟（UIMLA）。联盟的宗旨为，帮助开展这项经济活动的国家协调规范这一行业。

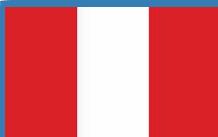
由于向导协会负责招揽客户，徒步及山地向导通常会加入当地的向导协会。徒步旅行是“登山运动的嫡系”，除徒步向导外，导游协会还汇集了其他专业的步道使用者——“山地向导”。如今，法国有 1600 名在职的持证山地向导，瑞士有 1500 名。虽说他们共享步道和部分业务，但每个行业都有自己的全国性或国际性领导机构。

这些徒步行业的一个特点就是他们与游客之间直接联系，不通过中介。由于没有中介，当地从业者在这项活动中的收益得以提高。不过，很少有人将此作为专职工作，大部分向导和导游都有另有一项主业或副业，如老师、商人、工匠、饲养员等。



山地向导全国工会

以拉丁美洲的徒步旅行为例：一种普惠的“负责任旅游”



以安第斯山脉社区 赢利为例（秘鲁）



2006 年，库斯科 (Cusco) 奥桑加特山 (Apu Ausangate) 的村民在合作成立了一家专门提供徒步、高山徒步和登山产品以及相关服务的公司。

公司的使命：让居民参与利润分配，为保留祖传文化的羊驼养殖户创造替代收入来源，促进社区乡村旅游发展。

公司的理念：在负责任、可持续和参与性旅游的基本原则前提下，提供高质量的高山徒步旅行和住宿体验。

公司的愿景：通过管理和为当地人创造公平且符合社会、经济和生态伦理的工作环境，从而成为秘鲁社区旅游的示范企业。

于是，这个团体在努力开发新的徒步路线的同时，还致力于对自然和文化资源、祖传技艺等构成其“商业背景”的要素进行保护和价值开发。在与库斯科 (Cusco) 当地政府合作多年后，“亚马逊流域以及奥桑加特地区、安第斯山脉附近其他社区保护协会”成功地迎来了“地方保护区宣言”。该宣言构成了当地生态系统和敏感湿地保护的法律框架。

保护协会实施自己的废物管理、碳足迹补偿、植物造林章程。自创建以来，协会获得的全部收益都用于人力资源建设、儿童教育和环境恢复以及自然保护区的保护。

协会管理和运营人员包括物流运输人员、厨师、16 名向导、50 名当地承包商。这些人员全部来自当地山区，经过培训和资格审查后，在工作中能为他人照相，能融入社区，能公正对待收入分配，能创新徒步旅游产品，能提供优质服务，能秉持保护当地生态系统和景观的价值观，以及认同社区合作文化。

他们提供细致的服务，并满足客户追求的纯朴标准。他们提供的产品既呈现徒步的力量，又兼顾舒适性。在全球海拔最高的生态木屋旅馆中，该机构管理着其中充满诗意的四家旅馆，这些旅馆同时也是星级徒步大本营和巡回徒步的宿营地。

公司的专职员工包括 24 名家族首领和 15 名年轻雇员，其中有 16 人为女性。其他 70 多名员工作为家族成员，他们作为独立承包商直接为 Andeanlodges 旅馆工作。这份工作为羊驼养殖户带来的收入占到了他们全年收入的一半以上。



Quechua、Chilca 和 Osefina 为该公司的初始合作社区。它们一起构成了一个创新型旅游目的地。自从木屋旅馆建成和彩虹山推广以来，已经成为了秘鲁的一个旅游打卡地标。每年约有 90000 名游客慕名而来，其中大多都是一日游。这一项目成功为当地和两个区县带来了巨大的经济效益。总之，这个新兴的旅游目的地为库斯科旅游业带来了效益

“Andeanlodges” 项目依靠着祖源的传承，实现了优质、共享、可持续但又有节制的发展。

来源：www.andeanlodges.com

欧洲商业徒步赢利性和组织范例



阿尔萨斯-孚日山脉，
漫游天堂（法国）

阿尔萨斯平原位于孚日山脉与法、德、瑞三国交界处。
徒步旅行产品是当地旅游市场不可或缺的一部分。



当地一些专门从事户外活动的地接社，特别是接待徒步游客。该地区及下辖的若干市镇、旅游局和商业组织开发了专门的徒步旅游网站，以便更好地宣传“徒步”阿尔萨斯，并吸引徒步游客。

提供巡游路线（徒步游览该地区的多日徒步游）的旅行社是阿尔萨斯-孚日山脉（Alsace-Vosges）徒步旅游市场的主要运营商，他们包括：

- ◆ 当地 2 家旅游运营商；
- ◆ 法国其他地区 7 家旅游运营商；
- ◆ 来自国外的运营商：10 家德国旅游运营商，8 家英国旅游运营商，比利时、荷兰和卢森堡的 3 家旅游运营商，丹麦和瑞士的 2 家旅游运营商。

他们提供的产品主要是七日游（600 欧元起），但也提供停留更短时间的产品（比如 4 到 5 天的旅游产品），包括：

- ◆ 穿越山脉或环山峰徒步游；
- ◆ 与葡萄酒和中世纪城堡等当地遗产紧密相关的主题徒步游。

（来源：ADT 2020, ph. Infra-Massif des Vosges）



生态游范例：蓬勃发展的非洲野生动物生态游



参观大猩猩徒步之旅（卢旺达、乌干达和刚果）

是时候让商业徒步游参与到自然拯救行动当中了！这事关保护自然栖息地中最后的野生大猩猩。

在“负责任”徒步旅游模式中，最广受好评的便是生态游，一些生态游产品不仅可以为东道国的旅游运营组织者和经营主体带来外汇收入，还可以为濒危旅游和自然遗产的保护提供资金。我们以 OMPE（世界环保组织）列为“濒临灭绝物种”的大猩猩为例。

在相关非洲国家，当旅游业带来的外汇收入超过了偷猎大猩猩或开发大猩猩森林栖息地获得的利益时，当地从业者就会保护这些最后幸存的大猩猩。为了保护大猩猩，旅游收入中的10%至20%将回馈给了当地社区。不过，这种原本希望人与动物共处的善意，却可能会让动物在面对时不时严峻的狩猎活动时更容易受到伤害。

徒步游客观察大猩猩，价格为每人每小时600到1500美元（2020年的数据）。与当地生活成本相比，公园附近的住宿和其他服务消费很高。这类10到15天实地游玩的“观察大猩猩徒步游”是国际旅游运营商提供的主打产品，价格最低为每人10000美元，而且不含国际航班费用。





©摄影/旅行摄影师 Mimmo-Domenico Pandolfo: 欧罗巴山 (Picos d'Europe) 卡雷斯峡谷 (Garganta des Cares) 步道 (西班牙, 2009 年)

3.5 对欧洲的影响

在一些地区，建设步道意味着可能需要投入高昂的成本。即便由当地俱乐部的志愿者团队落实步道的全部或部分维护工作，也同样需要投资。

但是，徒步活动能带来回报。有着良好管理的公园和步道，不仅能提升社区的舒适度，还能带来经济利益。毕竟当地的风景及其独特性、徒步的路线、当地提供的服务以及接待等都能让徒步游客在徒步前，徒步中及徒步后，在当地“消费”。这些活动既能创造就业机会，也能提高社区及其周边地区的经济活力。步道是户外休闲体验不可或缺的组成部分，可以激励创业、影响企业的选址决策、提升财产价值、减少医疗支出（通过鼓励体育活动或锻炼）并产生税收。这些步道同时还提供免费或低成本的休闲机会，以及不同的交通方式。

虽然徒步活动形式多样，其产生的利润分散等导致其经济影响很难量化，但其却有着实实在在的影响。

鉴于其巨大的赢利能力，许多地区都在步道上投入了资金。

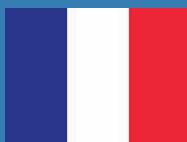
一些徒步者喜欢在同一个地方逗留，他们白天在周边徒步，晚上再返回住处，这也就是所谓的“入门级”徒步旅行。还有一些徒步者选择“巡游”徒步，也就是徒步穿越某些地区，有时徒步距离长达数百公里，而且他们通常不会在同一个地方连续呆两晚。以法国为例，据隶属于体育部的国家自然资源中心估计，有 27% 的徒步旅行者选择这种所谓的“巡游”方式进行徒步。



欧洲徒步协会

欧洲是这项步行运动名副其实的实验室，它是唯一一个成立了国际徒步旅行联合会的大洲。“欧洲徒步协会”致力于推广遍布欧洲大陆的超长步道网，提倡这种徒步穿越各国的消费方式。

步道产生巨大效益的案例



阿尔卑斯大穿越之路（LA GRANDE TRAVERSEE DES ALPES）与 史蒂文森之路（LE CHEMIN DE STEVENSON）（法国）



法国负责管理阿尔卑斯大穿越之路（从日内瓦到地中海长600km的“GR5”步道）的协会统计，每个巡游徒步者每天的花销是 60 欧元。另一条同级别的标志性路线是史蒂文森之路（chemin de Stevenson），其所在的“GR70”步道长 225km，该步道穿越中央高原（Massif Central），每年为该地区带来约300万欧元的收益（2010 年的数字）。这种探索徒步方式一方面可以盘活一些平常经济动力不足的偏远地区，另一方面可以在那些最初专门针对冬季滑雪的景点推动开展四季旅游。

（来源：Montagne Magazine 杂志，专访阿尔卑斯山大穿越之路主席和法国雷恩（Rennes）徒步博览会主办方）



老好人之路（CHEMIN DES BONHOMMES）

（法国和西班牙）“GR107”，长 224km

法国比利牛斯大区（Pyrénées）阿列日省（Ariège）省议会的一项研究表明：“每投资 1 欧元用于发展徒步，平均会为当地经济创造 4 欧元的收入”。

不过，若以“老好人之路-GR107 步道”为例，这一投资回报率则达 10 倍之多：由于游客吃住行每天花费 50 欧元，因此每投资 1 欧元在这条颇受游客欢迎的路线上就能获得 40 欧元的回报。“老好人之路-GR107”作为西法两国跨境步道，是该地区主要徒步路线。徒步穿行区域对这条路线带来的收益了然于心，旅游产品也对该路线大力推广。正是因为如此，各国都精心维护和开发境内的步道。

（来源：2009 年 8 月 15 日发表的《阿列日当地生活（Vie Locale, Ariège）》）



瑞士的收益规模



据估算，瑞士可接纳 270 万徒步游客。这些游客每年在该国的花销达 16 亿瑞士法郎。这一数字包括装备购置费用和现场花销，例如餐饮、住宿、缆车等。这些徒步游客平均每年出行 20 次，每次出行平均耗时 3 个半小时，也就是大约 1.9 亿小时的徒步时数。

效益还包括徒步旅行产生的 12000 个就业岗位。

（来源：2008 年 Sportsuisse 研究和 2011 年的 SuisseRando 研究）



圣雅各-德-孔波斯特拉之路 (CHEMINS DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE)

这条路线的步道兼具历史与宗教性质，连接着一些圣殿，甚至包括一些西方规模最大的基督教圣殿。这些圣殿建设于中世纪，分布在经西班牙、葡萄牙、法国、英国、比利时、荷兰、德国、瑞士、意大利、奥地利、捷克斯洛伐克、丹麦、波兰、克罗地亚、匈牙利等国，是某些途经国家潜在的重要外汇收入来源。



例如，法国西南部新阿基坦（Nouvelle-Aquitaine）大区的中转小镇圣让皮耶德波尔（Saint-Jean-Pied-de-Port）仅生活着1800 名居民，但每年迎接来自 114 个国家的 70000 名徒步朝圣者。朝圣活动为当地带来了约 300 万欧元的经济收入。越来越多“高端”游客也到此游玩。这个小镇有 140 家商店、25 家餐厅，并可向途经此地的徒步者提供 470 个专门床位。

圣雅各-德-孔波斯特拉之路（Chemins de Compostelle）的一条长 155 公里的步道途经相邻的奥克西塔尼大区（Occitanie），更确切地说，是途经其所辖的洛特省（Lot）。按每天徒步 20 公里计算，每个朝圣者将在该地区食宿 7 天。一份 2015 年的当地报告显示，每个徒步者平均每天支出 42.1 欧元，每年为该省创收 440 万欧元。

更概括地说，2016 年，欧洲德孔波斯特拉（de Compostelle）步道网共计迎接 277854 名朝圣者：

- ◆ 这些朝圣者花费总额为 281,743,956 欧元，即每位徒步者平均花费 1014 欧元（比 2015 年上涨了 5.8%）；
- ◆ 花费的大头（1.724 亿欧元）为朝圣本身的开支如住宿、饮料、食物等，每位徒步者支出 620 欧元；
- ◆ 朝圣平均耗时 15 天，在此期间朝圣者平均每日支出 38 欧元。
- ◆ 第二大项开支（5550 万欧元）涉及装备等朝圣前期准备（设备、衣物、指南等），平均每个朝圣者支出 200 欧元。
- ◆ 最后是前往朝圣起点和从终点返家的交通费用（5390 万欧元），每个徒步者平均花费 150 到 250 欧元。

许多市镇都在力争自己所在的城市是“自古以来官方”的朝圣出发地，从而吸引更多的徒步旅行者。但是，据负责管理德孔波斯特拉朝圣之路（Chemins de Compostelle）相关路线管理局下辖的步道观察机构发布的数据，不同步道和不同国家的人流量存在十分明显的差异。比如位于西班牙境内的“法国之路”步道，由于其发展迅速，不少徒步者都开始为这条路线的过度商业化感到遗憾。虽说朝圣旅游“民俗化”会对徒步旅游和景点的质量以及真实性带来不利影响，但其他未经商业化的步道却面临着门可罗雀的情境。

（来源：西班牙圣地亚哥朝圣之路友好协会联盟2016 年的研究）



©供图/pixabay.com：犹他州摩押市 (Moab) 附近的 Corona Arch 步道 3 英里徒步游 (美国)

3.6

对北美洲的影响

从徒步旅行的影响上看，北美与欧洲的徒步旅行发展趋势有着相同的历史和动力。北美对步道赢利有着精确的分析，以美国为例，该国步道系统非常完善，且拥有规模庞大的路网，步道基本都可以免费使用及自由进出。此外，步道在驱动内陆地区经济方面起着举足轻重的作用。

据美国户外产业协会（其成员协会包括美国徒步旅行协会）2012 年估算，美国全年户外休闲（涵盖所有户外休闲和运动，徒步旅行仅仅是其中的一项）产生的经济价值为：

- ◆ 总花销 6460 亿美元，其中 810 亿美元来自步道休闲活动，比如徒步、自行车、骑马、四轮摩托等；
- ◆ 610 万个就业岗位（所有从中获得收入的人群），其中休闲/旅游步道相关岗位 76.8 万个（这一数字是全国石油天然气相关岗位数量的两倍）。

（来源：美国徒步旅行协会）

此外，户外休闲和运动每年还为联邦、各州和地方税收带来 800 亿美元的收入，其中 106 亿美元来自与步道相关的休闲活动。而且这些休闲活动促进货币在各种经济活动中的流通，每年通过“倍增效应”或“涟漪效应”实现利润 1.6 万亿美元，其中的 1960 亿美元来自步道相关休闲活动。同时，所有户外休闲活动为全美创造了共 1200 万个工作岗位。

即使遇上经济不景气，户外休闲行业仍然保持强劲的冲击力，持续增长。举例来说，2005 年至 2011 年全球金融危机期间，户外休闲行业每年增长约 5%，而步道休闲活动在实现这一增



户外休闲每年产生的直接经济效益¹³

	花费开支	提供就业	收入	联邦税	州税及地方税
越野运动	806亿美元	384亿美元	52亿美元	56亿美元	768亿美元
骑行	813亿美元	172亿美元	38亿美元	52亿美元	56亿美元
露营	1434亿美元	1356.902	685亿美元	94亿美元	71亿美元
所有活动	6456亿美元	610万	3003亿美元	399亿美元	397亿美元

面起到了重要作用。尽管当前面临新冠疫情造成的公共卫生危机，但人们对户外、自然和步道方面的需求仍呈上升趋势。

左侧为美国所有与户外休闲和运动（其中最普遍的活动为徒步旅行）直接或间接相关的各个方面的支出/收益表。

（来源：2012 年户外产业协会/美国徒步旅行协会研究）

华盛顿州相关部门最近的一项研究证实，小路和步道（包括步行步道、徒步步道和自行车骑行道）能够产生高收益。“步道为全州经济贡献了超过 82 亿美元”。该项研究不仅关注经济效益，同时还关注环境和健康方面的效益，并且华盛顿步道协会理事长吉尔西蒙斯 (Jill Simmons) 表示：“如果同时考虑经济和健康效益，显然我们需要进一步加大在步道和公共空间方面的投入”。



(来源：华盛顿州休闲和保护局，2009 年 1 月 9 日)

附加效益

步道作为社区旅游设施为当地带来了可持续发展的价值，有助于提升其吸引力、居民生活幸福指数和宜居性。步道、公园和开放空间同时也会对财产价值产生直接而积极的影响，这有利于创建具有经济价值并注重自然的街区。全美住房开发商协会 (National Association of Homebuilders) 2008 年开展的一项调查显示：“步道一直都是潜在业主所追求的主要社区配套设施”。有 57% 的潜在购房者在购房时提到了步道，甚至排在了公园和室外游泳池之前，相比于包括安全性、高尔夫球场、公园和商店在内的其他 16 种选项，免费开放步道的可用性以压倒性的优势胜出。



步道产生巨大效益的案例



位于弗吉尼亚州的阿巴拉契亚国家风景步道（美国）



- ◆ 每年 200 万人使用步道，有的在步道上散步，有的在徒步旅行；
- ◆ 与此有关的总花销为 1.25 亿到 1.68 亿美元；
- ◆ 这些游客在当地的花销为 2700 万美元；
- ◆ 当地产生 3600 万经济收入。

（来源：阿巴拉契亚国家风景步道（Appalachian national scenic trail）试点调查-2010 年）



位于弗吉尼亚州的弗吉尼亚登山步道
(VIRGINIA CREEPER TRAIL) （美国）



位于弗吉尼亚州西南部的“弗吉尼亚登山步道”绵延 56 公里，沿线当地居民和外地人每年在户外休闲方面的花销超过 250 万美元，其中是外地游客在当地经济活动中的直接花销为 120 万美元。



皮克图步道 (PICTOU TRAIL) （加拿大）

加拿大皮克图县步道协会 (Pictou County Trails Association) 在一条废弃铁路沿线开发了一条可用于徒步、骑马和骑自行车的多功能户外体育旅游步道。这条全新步道长 37km，是跨加拿大步道网的组成部分。沿这条新建步道行进可以邂逅野生动物，特别是鹿、鸟类，也有其他动物。

经济发展部部长 Gordon Balser 表示：“自然旅游是旅游业增速最快的部门之一。我们在步道方面的投入将确保新斯科舍省成为更能吸引户外爱好者的目的地，游客们将会为我们步道沿线社区带来大量的旅游收入。”皮克图县步道协会

(Pictou County Trails Association) 的 Jeffery Turnbull 表示，“这条步道是我们社区提供的一项新的休闲设施，不仅有助于居民的健康生活，而且当游客在这条步道上游览并在沿线社区花费时间和金钱时也能为我们带来利益。”

为开发该项目，多项合作伙伴关系得到建立。爱心捐赠者提供施工设备，后备役军人为修建约翰河 (John) 跨河大桥贡献了力量，爱好徒步的志愿者帮助规划并完善步道的路线。而市政当局则提供了仓储场所和办公室。



除了社区的大力支持外，为促进这一经济活动多样化项目，步道协会还从省级经济发展部门获得了50000美元的补贴。加拿大人力资源开发部（Human Resources Development Canada）资助了48000 美元，跨加拿大步道基金会（Trans Canada Trail Foundation）也出资 10000 美元。

这条多功能步道是一个更大规模步道网建设项目的一部分，该项目旨在打造新斯科舍省成为世界一流的徒步旅行目的地，目标是每年吸引 36000 名新增徒步游客。

（来源：徒步步道经济-经济发展-1 月 9 日）



布鲁斯步道（BRUCE TRAIL）（加拿大）



- ◆ 这条步道位于加拿大安大略省，每年接待游客 410,060 人次；
- ◆ 步道使用者各项花销每年产生的直接经济效益达 26,084,817 加元，总体经济效益达 60,255,926 加元；
- ◆ 这类花销为安大略省创造了 1138 个全职工作岗位。

（来源：安大略省徒步旅行者和步道使用者调查，安大略徒步（Hike Ontario），1998 年）

3.7

中国的潜力

山区是开展徒步活动的最佳地点。在这方面，中国具有得天独厚的优势。中国 76%的领土被山地覆盖，其中不仅有喜马拉雅山、天山、兴都库什山、喀喇昆仑等世界级大型山脉，还有无数的自然保护区。山区居住着依旧保持传统的各个少数民族，中国完全可以通过发展休闲、运动和旅游徒步来促进社会经济发展。

尽管这些地方并没有为步道网络设立路标，也没有开发维护步道网络，但在旅游景点内有着专门为标准化旅游而开发的步道。徒步旅行已经在各个俱乐部之间悄然兴起。2019 年阿里巴巴与中国徒步网对 4103 名徒步爱好者和一百多家专业俱乐部进行了徒步旅游调查，调查显示，中国每年徒步出游人次为 6000 万人次，且一位徒步爱好者可能会多次出行）。这一数字这仅占中国人口的 4.3%，意味着中国在徒步活动方面具有巨大的发展空间。

这些徒步旅行者中有 44% 的人每年在这项活动上花销介于 150 到 1500 美元，他们的花销包括出游、住宿、餐饮、组织安排等，不含购买个人装备。由于该项调查针对的是俱乐部和发烧友，因此，调查主要涉及的是在可自由出入的步道上进行的徒步旅行。

以至少 30 人的团队游为例，中国徒步俱乐部全包徒步游的收费标准通常为周末游每人约 75 美元，一日游每人 30 美元左右。



图片：四川甘孜贡嘎山、四川阿坝州四姑娘山双桥沟、浙江神仙居



©摄影/高宁 (Serge Koenig)：阿坝自治州四姑娘山双桥沟徒步游（中国，2013 年）

3.8

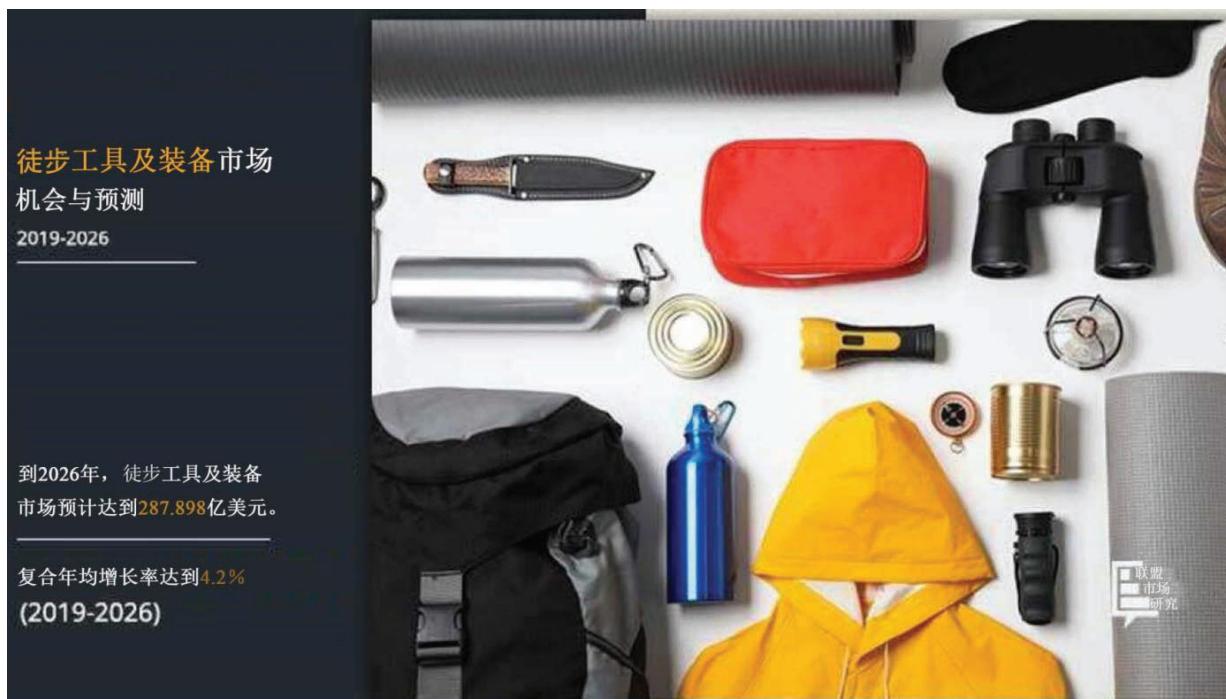
徒步工具及装备市场

徒步最基本的装备包括专门的徒步裤子和上衣、背包、徒步鞋，其预算约为 250 美元。这只是基本的“入门”成本。接下来，只需要了解要走的路线，迈开脚步出发就可以了。视用途不同，一双常规的徒步鞋使用寿命估计为 2 到 5 年，换句话说，可以行走约 5000 公里。

从宏观经济上看，每个徒步爱好者，无论国籍，都是户外设备及徒步装备产业的参与者。徒步爱好者会越来越频繁地购买最符合人体工程学、最舒适、最美观并且能在徒步旅行中为自身提供安全保障的技术产品。原本一些不经常进行徒步活动或其他户外运动的城市居民也越来越多地将徒步和其他户外旅游视为一种生活方式，并愿意为之消费，徒步和户外旅游产品成为了一种时尚，市场前景会更加广阔。

虽然北美地区是徒步最大的区域市场，但市场研究的预计，亚太市场将在 2019 年至 2026 年期间，成为增速最大的徒步市场。2018 年，亚太市场的总体规模约为 2065.26 亿美元，预计到 2026 年将达到 2878.97 亿美元，年增长率为 4.0%。

(来源：美国联合市场研究公司 (Alliedmarketresearch) —徒步装备市场)





©供图/Prisme：阿尔卑斯山脉儿童铁索攀登徒步（法国）

3.9

徒步旅行未来可期

社会城镇化水平越高，追求大自然的呼声就越高。徒步旅行因其具有简便易行的特点而成为首选。

除了到 2026 年徒步装备销售增长很有希望达到指标外，还需考虑未来几十年间将出现的一些其他社会因素。

- ◆ 据世界银行预测，到 2050 年，将有 68% 的人在城市定居，如今这一数字为 56%。外出放松和亲近大自然的需求也将保持同样的增长趋势；
- ◆ 随着人口老龄化，步行爱好者的数量会进一步增加，中老年群体将成为旅游业目标客户，潜力巨大。因为他们有更多的时间来旅行，而且购买力较强，四季皆可旅行；
- ◆ 在现代文明的漩涡中，人们对幸福健康的渴望越来越普遍。

几乎无论何种人口规模、何种气候条件及何种土地使用条件，徒步活动和户外休闲活动参与人数未来必将增加，而且未来花时间在步道行进及户外行走的人数也会增加。经济发展、人口增长、促进活动的技术创新，比如更高效的装备、GPS 等，都是支持这一观点的有力证据。

美国农业部下辖的森林局（Forest Service）2012 年开展的一项名为“户外休闲趋势和未来”的研究表明，到 2060 年，户外休闲活动参与人数有望增加；成年人选择徒步一日游的增长幅度最大，从 70% 增至 113%，这些数字虽然有说服力，但同时也引发了一些疑问。



关于徒步旅行前景的疑问

尽管预测需求会保持增长，但也引发了一些强烈的质疑：

- ◆ 休闲设施和场所数量必须同时保持增长，以免步道成为稀缺要素或是陷入大众旅游的怪圈。此外，徒步旅行的前景还需考虑新建步道网络的规划。
- ◆ 如果活动场所数量保持不变，而使用人口不断增加，则很可能会导致：
 - ✓ 人均享受步道和休闲的机会减少；
 - ✓ 使用冲突加剧；
 - ✓ 私有土地或私人用途的步道商业化加剧，并伴随价格上涨；
 - ✓ 公共土地上的步道管理方和规划者面临严峻的挑战。他们必须确保：
 - ✓ 维持步道的公平使用，而不是以金钱为基础的选择性使用；
 - ✓ 能提供休闲机会；
 - ✓ 维持步道自然状态，特别是原始的状态。

为了保持步道体验质量，满足游客对大自然的需求，并同时遵守野外环境相关法规，管理方会一只对步道进出进行规范，这样会导致管理方时常面对可能会令人不愉快且不得人心的情况。

- ◆ 最后，可以预见的是，气候变化也会对很多地区的徒步资源的可用性产生直接或间接影响。

尽管如此，投资近郊或内陆地区的社区步道以及针对旅游步道的可控开发是目前并且也是将来社区和国家宝贵资源和生产型资产投资方面的一把金钥匙。

本章记忆要点



其他国家、其他管理和组织模式

4

在某些国家，很多人向往通过休闲旅游亲近自然，而在另一些国家则不尽然。

许多国家都出台了针对步道和徒步旅行发展的结构化监管框架，而在其他国家这类框架则仅限于自然保护区。

许多国家的徒步旅行步道受到该国法律保护，而在另一些国家则不受保护。

一些国家认为徒步旅行是一种旅游活动，而在另一些国家则偏向于认为徒步旅行是一种当地市镇的休闲娱乐活动。

本章将以八个国家为例。那么，这八个国家的步道管理方式及徒步活动组织方式是各不相同的吗？本章将对此进行讨论，同时会介绍多种徒步景点的运营模式。

章节目录

- 4.1 美国
- 4.2 日本
- 4.3 瑞典
- 4.4 法国
- 4.5 塞尔维亚
- 4.6 尼泊尔
- 4.7 秘鲁
- 4.8 马达加斯加
- 4.9 其他地区及其他管理模式
- 4.10 步道管理与志愿服务：黄金合作伙伴关系



©Pixabay.com: 亚利桑那州帕里亚峡谷朱红悬崖荒野区的波浪形红色砂岩 (美国)



“美国的徒步步道，通往财富之路”

◆ 徒步旅行的法律环境

1965年，时任美国总统的林登·贝恩斯·约翰逊在一次国会发言中提出了一项关于步道设置和管理的国家（即联邦）战略：“如今，那些喜欢徒步、远足、骑马或骑行的户外运动爱好者被遗忘了。

我们需要为他们提供专门的道路，就像为其他人提供高速公路一样……无论老少都可以参与其中。医生建议并且鼓励这样的健康休闲活动。”他呼吁在国家森林和公园新建超过10万公里的步道。他的这个提议并未只停留在纸面上，更得到了国会和美国人民的支持。

于是，1968年美国颁布了国家步道体系法案，并于1978年对该法案进行了修订，以促进步道发展，确保其可持续性和用途，并对以下几类步道制定规范：

- ◆ “国家风景步道”：长度100英里（160公里）以上，沿途拥有秀美的自然风景或璀璨的历史。这类步道需为使用者设置避难所标志。这类步道归联邦、各州或地方政府所有，并由其负责建设、运营，但这类步道的管理由国家负责。例如国家优先考虑通过公共监管手段来保护环境；
- ◆ “国家历史步道”：这类步道沿历史路线建设。采用上述步道管理制度，长度等长，但不超过100英里；
- ◆ “国家休闲步道”：这类步道没有最小长度要求，位于大都市、城区和城市周边地区，便于所有人使用。上述两类步道需要经国会特别批准，而这类休闲步道可由内政部长或农业部长指定，可完全归联邦或各州、当地政府或私人所有。根据“美国步道”法案所附报告，建议为每50000名居民配置修建25英里（40公里）的便民休闲步道；
- ◆ “公园和森林步道”：大多数人都可使用。人们可利用这类步道徒步、野餐、露营和散步。这类步道设置在公共土地上，由联邦或州立机构管理。法案建议各州通过促进土地征用和开发来鼓励这类步道的发展，同时在必要时颁布法律，免去土地所有人的赔偿责任，鼓励



他们接受通行地役权。

- ◆ “连接与辅助步道”：指公众通往国家风景步道、国家历史步道、国家休闲步道的中间过渡地点，并将这些步道与许多场所连接起来。

国家步道体系法案鼓励联邦机构在步道规划、维护和管理方面充分调动志愿者和公众。无论是志愿者协会、徒步旅行俱乐部、参与性度假机构，还是美国许多非营利性组织（比如华盛顿步道协会），他们每年都会大力参与步道及其周围环境的保护工作。

除政府补贴外，还有协会组建了专门的筹款系统，以吸引大量捐款。隶属于“美国徒步旅行协会（AHS）”的“国家步道基金”就是一项专门致力于徒步线路建设和保护的私人资助项目。该基金于1998年为处理积压日益严重的步道维护工作而设立基金已帮助数百个基层组织拿到了保护美国重要徒步步道所需的资源。美国徒步旅行协会（AHS）的使命是确保持续提供优质的徒步旅行体验。迄今为止，协会已资助192个步道维护项目，资助总额达58.8万美元。

◆ 自然保护区徒步

美国有12%的国土面积被规划为保护区，占全球保护区面积的1/10。其中国家自然公园62面积约21萬平方公里。大多数国家公园免费开放。由国家公园管理局（NPS）负责管理国家公园，管理局共运营419个受保护的公园和景区，其中116个公园及景区需购买门票进入。门票价格每人5美元到每辆车35美元不等。门票收入用于负担公园的管理成本。任何公园均不得直接以商业目的运营。公园附近或公园内提供诸如小商店、餐厅、住宿、向导之类的商业服务。

2019年，国家公园管理局共接待游客3.28亿人次。绝大多数游客为美国公民，而不同公园的外国游客的占比从4%到14%不等）。游客在遵守规定的前提下可以自由使用1.8万英里（2.9万公里）的步道。但有时需要获得公园许可才能在野外过夜。

美国农业部下属的美国国家森林局（U.S. Forest Service,）负责管理155处国家森林、20个国家草原和超过15.8万英里（25.5万公里）的步道。报告显示，国家森林局每年接待1.65亿名游客。其中漫步或徒步游客占40%（即6600万人）。

美国内政部下辖机构土地管理局（Bureau of Land Management）负责管理的步道超过1.6万英里（2.6万公里），不过这些步道用地的所有者各不相同，有的是联邦政府的土地，有的是各州政府的土地，还有一些是私有土地，这也从侧面反映出美国步道系统管理方面较为完善。其中国家历史步道将近5000英里（8000公里），国家风景步道超过600英里（1000公里），国家休闲步道大约500英里（800公里）。

美国鱼类及野生动物管理局（Fish & Wildlife）是一个隶属于美国内政部的政府机构，其使命是保护60万平方公里范围内陆地和水域的自然环境和野生动物。每年有4700万美国人在进行徒步旅行、垂钓、狩猎和摄影活动时使用该机构管辖的众多小屋和庇护所。同时，为前往这些庇护所，他们行走的步道长度超过1500英里（2400公里），其中包括纳入法律保护的国家休闲步道、国家风景步道或历史步道。

◆ 大众徒步领域

自步道法案颁布以来，随着美国人在徒步旅行和亲近大自然方面的需求增加，国家步道系统也得以壮大，例如：

- ◆ 在联邦政府的土地上建设的国家步道里程数增加了一倍，各州政府土地上的国家步道里程数则增加了两倍：
 - ✓ 联邦政府土地，如国家公园或国家级森林上的步道：1965年为88000英里（142000公里），2015年达到194000英里（312000公里）；
 - ✓ 位于各州政府土地，如州立公园或联邦各州级森林上的步道：1965年为15000英里，2015年增至42500英里。
- ◆ 用户数量显著增加，达到了4300万（占总人口数量的14%）：单日徒步旅行者约3500万，多日徒步旅行者（如背包客）将近1000万；
- ◆ 催生了大量公私合作伙伴关系，比如鼓励居民在徒步期间为步道及社区环境的管理与维护做出贡献：每年美国国家风景步道和历史步道志愿者服务时数达一百万小时。

如今，美国有11条国家风景步道（共计13500英里，相当于22000公里）和19条国家历史步道（共计19500英里，相当于31400公里）由专人养护、设置路标并向公众开放。这些步道仅仅是部分最长也是最为出名的步道，除此之外还有1244条总长达24800英里（40000公里）的国家休闲步道。所有这些步道均为纳入了国家步道系统的联邦政府步道。不过，还有成千上万公里的州立步道、地区和地方步道未列入国家步道系统。对于其所在的社区来说，这些步道都是必不可少的，在发展徒步旅行方面起到了至关重要的作用，为美国民众提供了在“家门口”徒步的机会。



除了满足户外休闲娱乐需求外，城市和郊区的许多步道还有其他用途，比如满足人们步行或骑自行车出行等基本交通需求。不管是步行上学的孩童、去上班的成年人或是放学后去运动场锻炼的

青少年，“美国步道”初次报告预料到了人口聚集区内及其附近的所有步道需求。

尽管美国联邦公路管理局（美国运输部下辖机构）不负任何步道的管理，但该机构仍提出了休闲步道计划，作为交通替代方案计划的一项子计划。休闲步道计划（PTR）将向各地区提供部分资金，资助建设和维护当地休闲步道。

位于使用者住所附近60英里（96公里）范围内的步道一般是美国社区使用率最高的步道，其中30%的步道离住宅区不超过15英里（24公里）。这些信息在一定程度上表明了在住宅附近规划步道，让更多人使用步道并从中受益的必要性。

多样化的步道类型为美国各个社区之间、社区与景观之间、社区与周围企业之间提供了全新的连接方式，同时提升了这些徒步和步行路线附近房屋的市场价值。

◆ 徒步商业化领域

除了带动国内旅游休闲徒步以及在商业、福祉、健康等方面带来的好处外，步道也越来越受到外国游客的青睐，其中值得一提的是，国家公园对到美国旅行的国际游客的吸引力与日俱增。

由于徒步游客多采用步行的方式参观，这也让旅行社、专业机构和陪同向导等徒步旅行行业的专业人士从中他们的游览中获得收益。

海外入境旅客比例
国家公园及纪念碑



2010年，美国官方此时尚未组织国家级徒步导游官方培训。不过此后，“美国徒步旅行导游”协会按照国际山地领队协会联盟（UIMLA）制定的行业国际标准提出了多项计划。并且这些按路线难度划分的、以徒步和长途远足导游为培训对象的计划已获美国国家公园管理局、内政部以及欧洲和南美国家国际山地领队机构的批准。迄今为止，美国已向超过700名向导发放认证。

（来源：美国徒步旅行协会/2015年6月；NTS年度报告；户外产业协会2013年数据；美国旅游协会）





©摄影/高宁 (Serge Koenig)：加利福尼亚州优胜美地国家公园内的伊尔酋长岩 (El Capitan) 倒影 (美国)



4.2 日本



与在日本执教的法国国家山地向导培训师Fran ois BURTHEY合作

“在通往富士山的火雨之地远足”

徒步旅行的法律环境

日本现代休闲徒步旅行活动以欧洲和北美的山地徒步旅行为蓝本。所以，日本徒步旅行的方式与西方组织开展徒步的方式十分相似，这也就不足为奇了。

与斯堪的纳维亚国家不同，日本不允许民众随意出入某些自然风景区。所有徒步爱好者或散步者可在自然公共区内绵延数公里的步道上自由、免费、平等通行。不过进入私有土地上的步道则需要征求土地所有者的同意。需注意的是，尤其在国家公园中，通常禁止在步道外越野徒步。



至于徒步爱好者十分偏爱的露营，从理论上来讲，若未经许可，无论是在公共土地上还是私有土地上都是违法的，但约3000处专门露营场所除外。不过，这两条规则也并非铁律，因为“在户外睡觉”是日本的一项传统习俗。许多地方部门允许人们在野外露天过夜，但前提是不会破坏或干扰自然环境。

许多景点倡导步行爱好者在徒步之前先登记注册。爱好者们可以现场领取或通过日本登山协会（JMA）等协会的网站免费下载一张登记表，填写完成后将表格投入步道入口处的信箱。部分都道府县强制要求进行徒步登记，未登记的徒步旅行者可能面临500美元的罚款。

自然保护区实践内的活动

日本70%的国土被森林及火山覆盖，因此，在进行任何徒步活动之前都必须了解火山活动情况和攀登的危险性。其中，保护区占国土面积的15%。日本拥有28个国家公园和55个其他自然保护区。山上还有众多的神社，既有小型祭坛，也有大型寺庙，这都彰显了山在日本文化中的宗教意义。

国家公园的部分土地归私人所有。国家公园主要为游客提供天然的休闲区，从而为当地社区提供生计。

日本的公园向公众免费开放。除了出于安全考虑要求徒步者进行登记外，有时徒步者还需要“通行证”才能在公园内长距离步道沿线的小屋和庇护所过夜。

在特定区域内，法律明文禁止的行为将通过具有日本文化特点的礼貌用语“请……”予以提示，比如：请勿打扰动植物、请勿采集熔岩、请勿在非指定地点露营、请勿生火、请勿离开步道、请勿在岩石上乱涂乱画、请勿破坏树上的霉菌、请保持卫生间和其他设施的整洁、请将所有垃圾带走等等。除了少数经典的短途徒步旅游线路外，自然区和山区的步道沿线并未设置垃圾桶。

◆ 大众徒步领域

日本与中国的甘肃省面积相当，但人口数量却是后者的5倍，并且人口集中在1/3的国土内。因为其余区域均为山脉。因此，在其地理环境及城市高度集中等背景下，该国自然而然地发展出朝气蓬勃的徒步文化。

从穿越国家公园的多日徒步旅行，到从城市出发的轻松一日游，日本名庞大的步道网络为休闲运动提供了多种多样的可能性。这一庞大步道系统由日本厚劳省在上世纪70年代提出，旨在与地方政府共同努力，倡导人们以积极健康的方式品味自然与文化。

在“婴儿潮”时期出生了大量人口，如今他们即将退休，因此追求健康自然的生活方式在今天变得越来越迫切。日本人通常习惯根据长距离步道的中间出入位置选择10公里或20公里的路段进行单日徒步。因此，该国的步道网络都是经过精心设计的，确保每个人都能“量身定制”自己的徒步旅程。这种组织方式满足了大多数日本徒步爱好者的期望，他们可以自己安排出发，而无需向导、俱乐部或专业机构提供服务。



另一方面，各地的徒步爱好者对“山野远足”这样的长距离徒步探索有着愈加强烈的需求。日本最长的10条步道加起来仅有3000公里左右；其中最长的一条线路于1974年开放，全长1700公里，步行全程需要40到50天。在环境省以及各区市发展生态旅游的地区振兴计划的支持下，由专人维护、配备安全设施并设有路标的步道网络不断扩大。

据统计，日本每年有3000人因步道事故受到伤害，其中绝大多数事故发生在山区。近80%的救援对象为60岁以上的老人，其中大多数属于重伤。事故原因包括：准备不充分、体力不支及走错方向。救援工作一般由警察和消防员开展。但根据具体情况，私人救援队也可以参与救援。搜救费用由受害者或其继承人支付。因此，强烈建议人们购买合适的保险。

25%的日本人喜欢散步，其中10%的人会定期徒步。通常，游客最喜欢在行程结束时去泡天然温泉（又叫“热汤”）。在沿步道徒步时，徒步爱好者通常会携带一个铃铛，这是一种当地风俗，因为铃铛的铃声会吓跑出没的野熊。

◆ 徒步商业化领域

旅游运营商为外国游客提供“徒步游日本”的线路，特别是皇室古道和朝圣古道，其中的代表线路是花费两个月的时间走完的四国（Shikoku）遍路（即巡拜日本四国岛境内88处与弘法大师有渊源的灵场）。

负责安排住宿和徒步旅行事宜的专业机构同时也提供酒店预订、行李运输、导游陪同等服务。

日本的向导培训分为四级：

- ◆ 夏季和冬季在非山区工作的户外及遗迹徒步向导；
- ◆ 夏季和冬季在山区陪同徒步的山地向导；
- ◆ 在日本境内陪同登山的登山向导；
- ◆ 持有国际证书，能够全年在全球各山区工作的高山向导。

向导分属于约五十个本地向导协会，并全部加入全国性协会——日本登山向导协会，该协会拥有1800名会员，并设置51个地方分会。协会提供各种公共服务，包括培训和认证、研究和出版、开展面向登山爱好者和徒步爱好者的安全教育等。

庇护所、住宿点及补给点的管理也是步道带来的一项收入来源。尽管一些带有屋顶的山间小屋，免费提供水和厕所，可以作为庇护所使用，但许多庇护由专人看管运营，收取过夜费并出售餐食，而且其中一些庇护所归私人所有。徒步旅行者也经常寄宿在“住宿加早餐”类型的民宿、传统小旅馆或朝圣沿线的宿坊（寺庙）等设施中。无论选择哪种解决方案，最好根据受欢迎程度进行预订。

大多数徒步者每天花费在100到120美元之间，如果是由运营商组织安排旅游，则花费更高。





©摄影/Pixabay.com: Hällingsafallet自然保护区大峡谷沿线步道（瑞典）

4.3

瑞典

与欧洲户外运动网秘书长Benjamin BILLET合作



“瑞典没有埃菲尔铁塔，没有天坛、没有尼亚加拉大瀑布或大本钟，甚至连仿造的狮身人面像也没有。但瑞典有别的东西，真正亲近大自然的自由。这就是它的伟大之处。”

徒步旅行的法律环境

一项源自中世纪的原则，如今在跨越了几个世纪后又被纳入了瑞典宪法。这就是自由通行权（Allemansrätt），它确立了自然是属于所有人的“共有财产”这一原则。这项权利允许人们参观游览瑞典境内所有公共土地和私有土地，不过私人空间除外，而且游览需保证不得造成滋扰。这项通行权让每个人都有机会在遵守基于个人的辨别力和责任感的环境伦理道德前提下享受大自然的各种风景。从字面上看，这项权利指“所有人的权利”或“每个人的权利”，既强调了集体，甚至是全体，同时也强调了个人。



斯德哥尔摩皇家理工学院研究员Dag Avango解释说：“这项权利是我们文化的一部分，它赋予了我们在国土上探索发现事物的自由，让我们有充分的自由可以走自己的路”。这名研究员同时也是徒步爱好者。不过，他也指出，行使这项权利必定伴随着承担责任，“必须尊重土地的所有人，尽可能谨慎行事。比如，不能砍伐树木，我们有权利生火，但是必须捡地上的树枝，当然，我们还必须带走所有垃圾。这是一项伟大的特权，我们必须捍卫它，因为如果法律对此作出让步，我们的生活质量就会降低。”

瑞典允许在私有土地、公共土地或自然保护区野外露营，最长为两晚。帐篷必须搭在远离周围居民房屋、徒步旅行步道和公园入口的位置。粪便应埋在地下至少15厘米深处，并且距离住宅和水道至少50米。允许采摘浆果、可食用菌和野花，但仅限于非商业目的的采摘。而且，根据这是一条广泛适用的原则，不得破坏或采摘保护物种或脆弱物种。

但是，只有在通过这类区域的人员的行为完全合规且人数较少时，这样的原则才可行。当地旅游业和公共文化是支柱产业。瑞典人真正的生活艺术所包含的哲学理念“lagom”翻译过来的意思

就是“不多也不少”或“少即是多”，这一生活哲学在赋予瑞典人与生俱来的节制、理性消费和平衡感的同时也充分考虑他人和环境。

“Lagom”的核心是健康和环保，提倡到户外去，与大自然亲密接触，徒步旅行活动是首选。

这种亲近大自然的自由让瑞典人引以为傲。瑞典提出这项权利，旨在促进旅游业发展。一些其他国家，特别是北欧国家，在瑞典的原则上稍作变化，按照自己的文化体现这种亲近大自然的自由，比如：挪威和丹麦的“Allemannsretten”、芬兰的“jokamiehenoikeus”、冰岛的“almannaréttur”、爱沙尼亚的“igaüheõigus”。

◆ 自然保护区徒步

瑞典将其14.5%的国土面积划为保护区，共建设3100个自然保护区和28座国家公园。

公众的自由通行权并非完全适用于这些公园和保护区，因为必须优先考虑公园和保护区的生态保护及徒步体验质量。如果这些公园和保护区有专门的规定，游客和徒步者则必须严格遵守。通常允许人们在指定区域使用自带或提供的木材生篝火，但当火灾风险较高时，则可能禁止篝火。这些区域不欢迎带宠物狗进入，荒野地带禁止机动车辆通行。

为提高徒步者的安全，当地救援机构和公园内的专业人员一同完成指示牌的编号工作，并将指示牌布置在一些偏远地区的步道，当有人呼救时能够更好地确定其位置。

瑞典环境保护局（Naturvårdsverket）是一家根据政府命令行使职能并由国家政府提供资金的独立政府机构。其主要使命是提出环境政策和法规，确保这类政策和法规的实施，并监督大自然和步道自由通行权（Allemansrätt）的合理使用。

◆ 大众徒步

徒步活动和步道由众多致力于户外生活与自然保护的协会组织和开发。瑞典各种等级的徒步线路有400条左右，基本都设有完善的路标，并有数以百计的旅馆、登山基地和庇护所。瑞典的许多徒步线路长达数百公里，划分为多个路段，并设置中途出入口，方便步行者出入。

- ◆ 瑞典旅游协会（Svenska Turistföreningen, STF）是瑞典最大的非营利性组织之一，成立于1885年，口号为Känn ditt land（认识这个国家）。为促进国内的旅游业发展，协会创建并划定了多条步道，修建了多所供徒步者休息的小屋和庇护所。如今，协会大约有58000名成员。该协会管理着300多家旅馆和酒店、10个户外登山基地和超过45个木屋宿营地，其中大多数位于荒野地带。协会还承担着大部分步道的维护工作。此外，协会还管理着一个预订平台，负责组织各项活动，向爱好者提供建议和服务等；
- ◆ Friluftsfrämjandet协会，其名字意为“推广户外生活”，成立于1892年，拥有10多万名

会员，8000多名向导和教练，其活动主要面向年轻人；

- ◆ 瑞典自然保护协会（Svenska Naturskyddsföreningen, SNF）成立于1909年，拥有超过22万名会员；
- ◆ 瑞典登山俱乐部（Svenska Fjällklubben - SFK）成立于1927年，拥有1700名会员，俱乐部会在夏季和冬季为爱好者们组织徒步活动和培训。

救援和专业培训由警察局负责，警察局可以与各个山地救援志愿者协会、瑞典武装部队、瑞典环境保护局、地方政府机构、县级行政委员会、急救机构合作，还可以与各种旅游组织和私人直升机公司合作。

◆ 徒步商业化领域

瑞典导游协会（SveGuide）与多所大学开展合作，制定专业资格授予方案，向专业教练及旅游向导提供培训和认证服务。不过，山地向导则需要在位于拉布兰省（Laponie）斯图吕曼（Storuman）的另一所学校接受培训。

法律对专业人士予以保障。按照法律规定，每个专业人士在享受自然风景的同时也可以向客户推广专业服务，从而创造商业价值。许多专门从事徒步旅行和户外休闲的机构都会以这样的方式组织活动。有些活动的场所位于私有土地上，其中包括归大型林业公司所有的土地。“不留痕迹”也是组织者坚持的原则，即场地使用后要保持干净。

然而，城市化的快速发展加上对大自然的渴求日益迫切，土地压力和一些敏感地点的超负荷开放带来了新的挑战。随着旅游业的国际化，消费者的行为有时会偏离瑞典的理念，有悖于自然空间自由共享的初衷。在这样的背景下，就产生了语义上的模棱两可。因为“自然”一词同时涵盖了野外、乡村和田地。这些内涵是造成潜在冲突情况的根源，不过与徒步活动相比，机械化活动（山地自行车）和机动化活动（4x4越野摩托车）带来了更多的冲突。

如果亲近大自然的权利已经沦为经济发展和推广户外活动的工具，那么需要确定旅游业可持续发展的框架，这是今天要面临的挑战。国际经验告诉我们，在任何商业化的自然区域内开展大众旅游，或者以商业利益为准绳进行开发，那么人类对地球的定义就会产生基本伦理问题，也就是说，我们是想让地球成为一个“超级市场”，还是想让地球成为一个人人爱护的“大花园”？





©摄影/Johannes Braun - FFRP：阿韦龙省的GR®36长途远足步道（法国）

4.4 法国



“步道，共享的财富！”

徒步旅行的法律环境

在法国，各“部门或省”（Département，指国家部门和地方行政区划）会制定“漫步和徒步线路省级计划”（PDIPR）。这类计划不仅有助于规划开发步道线路，还会为维护线路周边环境提供有效的法律保护。

原则上，允许徒步者或步行者在步道内自由、免费、平等地通行。这一原则不仅适用于在公共区域内建设的步道及道路，也适用于道路所有者与集体或与负责徒步开发的当地机关达成通行协议的私人道路。这类协议将特别明确责任问题及规划、标志布置、道路养护等责任事项。若无该协议，徒步者不得使用私有道路。在任何情况下，使用者都必须沿道路行进，遵守当地法律法规，爱护环境、尊重附近居民的权利，保持干净、爱护动物并保持安静。

按照规定，如果证明承担徒步线路布置、标志设置和道路养护任务的一方在履行其职责时出现过失并造成损失，则可能会被追究责任（该风险通常属于民事责任险的保险范围）。省政府、其他地方当局、协会等多方也介入到线路布置、标志设置和道路养护任务中。如果徒步者因其在活动时出现冒失轻率行为造成损坏或在活动中出现不当行为，也可能会被追究责任，最终可能会涉及多个同等或连带责任人。



自然保护区徒步

法国将其13.5%的国土列为自然保护区，其中3%的区域为重点保护监管区。公众可以在这类区域中散步，欣赏优美的风景。另外，这些地区还有许多设有标志的步道和徒步线路，以及专门接待徒步旅行者的招待所。

公众可以在公园内免费徒步旅行，除非公园管理机构明文禁止，不过免费的前提是必须遵守法规和基本的行为规范。宣誓就职的护卫人员会对游客的行为进行监督。景点维护所需的物力和人力由国家和地方部门承担，不过人们一直对出于非商业目的收取低价门票获取收入的做法有争议。

◆ 大众徒步领域

法国全国长途远足步道委员会成立于1947年，是一家公益性质的非营利协会，如今已更名为法国步行远足联合会（简称“FFRP”）。该组织受体育部委托，负责在全国范围内将徒步作为一项体育运动进行推广。FFRP是这项运动的受托单位，有权制定安全和装备标准。该联合会在全国范围内有115个地方和省级委员会、3500个俱乐部、24.3万名会员，其中包括2万名志愿者（2020年的统计数据）。

FFRP负责维护全国范围内11.3万公里的GR[®]步道（有“长途远足”标志的步道），并开发新的步道。联合会定义了三类线路：长途远足步道（GR[®]：通常需要数天时间穿越全法、某个地区或某座高地的路线）、地区性长途远足步道（地区性：比GR规模小，通常是区域探索环线）以及漫步步道（PR：通常是为探索当地遗迹的主题性或教育性环线，1个小时到一天之内可以走完）。



FFRP从可行性研究到网络宣传，全程配合地方当局推广徒步旅行产品，制作并出版了230本远足步道指南（guide-books）。

FFRP组织并为各种形式的徒步旅行提供向导服务，例如家庭远足、运动徒步、巡回徒步、探险徒步[®]、健康徒步[®]、踏雪板远足、耐力竞走、北欧式步行、水上行走、徒步活动、学校徒步锻炼等，同时还为徒步旅行者、定线员及协会负责人提供培训。

FFRP制定了多项涉及徒步活动和步道布置技术的基本规则和章程，不过FFRP并不强制全国各地的团体和俱乐部加入FFRP，也不强制要求他们按其制定的标准行事。不过带有“长途远足”标志的步道除外。

另外，在众多的协会中，同样被视为公益组织的法国家户运动中心联盟（UCPA）由国家政府于1965年成立，旨在向年轻一代中产阶级推广户外体育运动，最初是出于人道主义、社会公民的角度考虑，属于公共服务的延伸部分。UCPA开发了80多种户外运动项目，徒步是其中一项主要运动。

然而，无论是当地居民休闲徒步还是外来游客旅游徒步，都希望能够自由自主或不雇佣向导参与徒步活动。换句话说就是公众不受任何形式的管理，可以按照自己的意愿自由出入全国各地的小径和步道。

◆ 徒步商业化领域

专业徒步向导为收费项目，而且只有持有国家中等海拔山地登山向导证书（DEAAMM）的山地徒步向导（AMM）可以提供这方面的专业服务。这类专业证书由法国体育部下辖公共机构国家登山运动学校（ENSM）“山地滑雪中心”（位于霞慕尼Chamonix）负责颁发。

山地徒步向导（AMM）在各个地区（不管是山区）都可以提供服务，也可以在国外步道为“客户”担任向导。他们由全国山地向导联合会统一领导。

- ◆ 许多旅游社以及负责高山徒步的运营商提供“全包”式旅游产品并雇用山地徒步向导，例如Terres d'Aventure、Allibert Trekking、Nomade、Atalante、Huwans、La Balaguère等等。
- ◆ 徒步旅行市场包含各种各样与活动本身直接或间接有关的付费服务（商店、住宿、餐饮、交通、行李运输、停车场、装备等等）。

（来源：法国步行远足联合会）





©摄影/Pixabay：在西巴尔干的 Via Dinarica 绿道徒步（塞尔维亚）

4.5

塞尔维亚

与欧洲徒步协会主席Boris MICIC合作



“要更好地领略巴尔干半岛核心地带广阔的大自然，那就去徒步吧！”

简介

与大多数巴尔干国家一样，塞尔维亚也有专门负责登山和徒步的组织。欧洲南部的塞浦路斯、西班牙和葡萄牙也有这样的组织。

塞尔维亚登山协会（MAS）成立于1948年，其前身是塞尔维亚山地协会（成立于1901年）。塞尔维亚境内最高峰海拔为2500米，所以塞尔维亚算不上高山国家。



徒步的历史

在社会主义时期（1945-1990年），不需付费就可以亲近大自然，因为除了极少数零星地块外，没有私人土地。当时建成的大量步道，没有任何特殊限制，步道系统也不受监管。

随着国家公园（最高级别的保护区）的建成和一些法律法规的出台，才有了针对步道系统的规定。塞尔维亚在放弃了社会主义后重建土地制度，步道通行也就受到新的私人土地所有者的影响。在这样的背景下，现有步道的继续使用和新步道的建设需要经私人土地所有者和国有财产保管人（公园、森林管理局等）批准。

步道类型

塞尔维亚步道大多距离较短，最短几个小时就可以走完，最多不超过两天。



但是，这里也有几十条称为“穿越步道”的长距离步道，最长达200公里以上，包括专门的地理主题步道（连接不同的山地或景观）、文化步道（连接众多修道院）或历史步道。

塞尔维亚这样的主题徒步步道有20条到40条不等，具体视步道的养护能力而定。每隔五年由当地协会和志愿者对步道进行维护检查。

横穿塞尔维亚的两条步道“E4”（长1500公里）和“E7”（长2000公里）是E-Path步道（由欧洲徒步协会认定的步道）的一部分。

◆ 步道和徒步旅行管理

步道必须在塞尔维亚登山协会（MAS）管理和领导的中央登记处进行登记。每条步道都拥有一个与地理归属相对应的编号，由当地俱乐部负责开发维护。塞尔维亚登山协会或当地社区有时会向这些俱乐部提供部分支持。路标设置规则则由国家级登山协会制定。





©摄影/Zlatiboradventure.com: 塞尔维亚与波黑交界处乌瓦克河（Uvac）沿线徒步景观（塞尔维亚）



©摄影/Pixabay.com：安纳布尔纳（Annapurnas）地区蒂利乔湖（lac Tilicho）高山徒步（尼泊尔）

4.6

尼泊尔

与尼泊尔旅游局工作人员Awadhesh K DAS合作

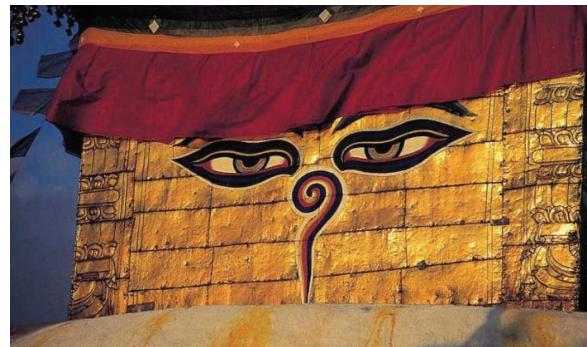


“所有徒步旅行者向往的国度”

徒步旅行的法律环境

尼泊尔步道一般位于喜马拉雅山脉南麓。受季风气候影响，这里公路修建困难重重。步道既是当地居民的日常出行及贸易通道，也是居民朝圣路线和游客徒步路线。

尼泊尔大多数步道和小径允许“自己背包的独行侠（FIT）”个人自由行或团体自由行。但是，有些地区的步道出入（包括高山徒步）受政府严格管制。徒步者只有在加德满都获得许可证后才允许在这些地区徒步旅行，而且只可委托高山徒步旅行社代表自己向移民局申请许可证。这些地区的徒步旅行必须以团队为单位（至少2人），并且需要一名专业导游陪同。



这类管制区有15个，徒步许可证费用从最贵的10天5000美元（每多一天加收50美元的费用）到最便宜的一周10美元不等。另外，徒步者只能沿高山徒步许可证规定或指定的路线徒步，不允许更改路线。旅行社和旅游团陪同导游也不得更改既定的旅游路线，而且必须严格遵守当地法规，尊重当地风俗传统，不得进行“任何违背社会既定规范和文化的活动”。

自2008年1月1日起，所有有意愿前往尼泊尔高山区徒步的外国游客必须持有“徒步旅游者信息管理系统”（TIMS）证，该徒步通行证可以由徒步旅行社为申请人代办或游客直接向加德满都旅游机构申请。“徒步旅游者信息管理系统”证自2010年4月1日起开始收费，旅行社代办的“高山徒步”为每人10美元，个人自主办理的“高山徒步”为每人20美元。

自然保护区徒步

除“徒步旅游者信息管理系统”和管制区可能需要的特殊许可外，游客进入自然公园及保护区、国家公园等也需要购买门票。这类门票费可以在出发前向加德满都的旅游机构购买，也可以在公园入口处购买（此时购买通常会有额外费用）。

不同目的地、不同国籍收费标准也有所不同，外国游客的收费价格比尼泊尔本国公民和南亚区域合作联盟（SAARC）成员国的公民更高一些。11座国家公园、4个保护区、野生动物保护区和狩

猎区的门票价格如下：

- ◆ 尼泊尔籍成人票为100到150卢比（0.86到1.3美元）；
- ◆ 南亚区域合作联盟（SAARC）成员国成人公民票为500到1500卢比（5到13美元）；
- ◆ 外国籍成人票为1500到3000卢比（9到26美元）。

◆ 尼泊尔本国公民的徒步

居住在乡下尼泊尔人，每天步行去工作或朝圣。深深扎根在当地人灵魂中的古老文化和传统以及美丽的风景是一张王牌，为这里的旅游业带来了成功。

当地人生活水平不高，人均GDP低，旅游和休闲徒步基本是众多来尼外国游客的专属。导游、搬运工、厨师等与高山徒步旅游相关的职业发展也势头强劲。1979年开始，尼泊尔登山协会（NMA）与斯洛文尼亚登山俱乐部合作开展各种培训，并在马南（Manang）创办了一所导游学校。从20世纪80年代开始，几十年来，位于霞慕尼的法国国家滑雪登山学校（ENSA）一直是尼泊尔登山协会的主要合作伙伴，帮助协会设计制定尼泊尔导游和当地教练培训方案。尼泊尔还成立了尼泊尔登山教练协会（NMIA）。2008年尼泊尔诞生了第一位获得国际标准认证的高山向导，尼泊尔国家高山向导协会（NNMGA）也在同一时期成立，该协会在国际山地向导协会联盟（UIAGM）中代表尼泊尔。



大多数高山徒步向导（非登山向导）根据尼泊尔政府实施的国内标准，接受为期一个月的适应性培训后，即可获得执照，并由尼泊尔高山徒步向导协会统一领导。尼泊尔高山徒步向导协会（TGAN）提倡为所有前往喜马拉雅山步道的外国徒步者安排当地向导，以便更好地落实安全与环境相关规则，同时助力尼泊尔山区的经济发展。

除执照培训课程外，在国际登山协会联盟（简称“UIAA”，尼泊尔登山协会是其成员协会）的支持下，尼泊尔登山协会于2017年推出了针对培训徒步向导达到国际标准的“登山先锋”培训考试计划。尼泊尔还成立了尼泊尔山地领队协会联盟（NMLA），以聚集将来可能获得国际山地领队（IML）资质持有人，并加入相关的全球组织——国际山地领队协会联盟（UIMLA）。国际山地领队协会联盟技术委员会正在对尼泊尔的培训及认证专业进行审查。

在山地救援方面，尼泊尔于1973年成立了尼泊尔救援协会（NRA）。救援工作通常由该协会牵头，同时私人直升飞机和军队，以及山地旅游市场上的徒步探险旅行社也会参与其中。

◆ 徒步商业化领域

旅游业是尼泊尔的主要经济支柱，半个世纪以来为尼泊尔的繁荣和平作出了巨大贡献。尼泊尔虽然没有专门的步道效益组织体系，但资源分散也有好处，可以直接为当地社区带来利好，这在很大程度上改善了山区各个社区的生活条件。

2019年，尼泊尔约有1100万外国游客，其中25%是高山徒步和登山爱好者，15%是朝圣者，50%为参观文化景点和国家公园的游客。平均花销为每人每天48美元。仅安娜普纳（Annapurna）、昆布（Khumbu）、木斯塘（Mustang）、朗塘（Langtang）和马纳斯鲁（Manaslu）几个著名地区的徒步旅行者就占到了95%。



尼泊尔有2600家获得尼泊尔旅游、文化和民航部签发执照的徒步旅行社，其中大多数都加入了尼泊尔徒步旅游业协会（TAAN）。该协会旨在从社会与生态两方面促进社区旅游商业化发展。2019年该协会推出了一项计划，期望推动旅游业朝着更加可持续更加公正的方向发展，提高徒步旅行相关服务和分散基础设施的质量，保障所有徒步旅行从业者的权利，让徒步旅行往返交通工具更加高效地参与到徒步旅行者或自然灾害受灾人群的救援工作当中。TAAN同时还希望参与到徒步领域所需的各种职业（领队、厨师、助理、翻译等）的专业化培训方案中，包括环境相关的实地保护行动（绿化、场地清理等）。

协会的任务包括探索修建新的步道，负责步道养护、桥梁修缮和为搬运工设置庇护所，协会还资源帮助政府更好地引导徒步活动。与尼泊尔高山徒步向导协会（TGAN）一样，尼泊尔徒步旅游业协会（TAAN）呼吁旅行社为所有徒步旅行者至少配一名在主管部门正式注册过的尼泊尔当地向导（导游或搬运工）。



TAAN的行动计划使其成为尼泊尔徒步旅游市场的主导者。但是，该计划目前仅仅停留在意向阶段。与业内所有其他协会一样，该协会正在寻找投资伙伴，以便能够开展实质性的工作，希望将来能更好地构建及管理本国徒步旅游市场。这一市场充满活力，但目前由于受新冠疫情的影响，2020年该国旅游收入损失预计达到90%。

（来源：Nepal_tourism_statics.pdf；BTB尼泊尔旅游局；喜马拉雅、尼泊尔登山协会（NMA）、国际山地向导协会联盟（UIAGM）、国际山地领队协会联盟（UIMLA））



©摄影/Roger M. VALENCIA：在马丘比丘印加古道上徒步的人们（秘鲁，2019）

4.7

秘鲁

与秘鲁前旅游部长和前文化部长Roger M. VALENCIA合作



“漫游古今融合的国度”

徒步活动的法律环境

印加主干道，即“印加路网（Qhapaq Ñan，安第斯道路网—联合国教科文组织世界遗产中心的文件），也称安第斯道路网”（连接阿根廷、玻利维亚、智利、哥伦比亚、厄瓜多尔和秘鲁），已于2014年被联合国教科文组织列为世界遗产，确保其价值得到有效的保护。

世界最长山脉——安第斯山脉是秘鲁境内最重要的地理标志。从地球上最干燥的地区到茂密的亚马逊丛林，从深邃的峡谷到高原以及遍布狭谷的陡峭山峰，这条山脉造就了各种地形交织而成的复杂网络。

安第斯文明为当今世界做出了巨大的贡献，不仅孕育出了美丽的风景，还创造出了附加价值，保证了人口增长。安第斯人修建了大规模的灌溉系统、开垦了数百万公顷的梯田，植树造林，研究出了适合洪泛平原的农业新技术。

安第斯人为了掌握复杂地形并整合不同的生态区位，建立了一个以互惠互利和共同目标为准则的集体社会。以这种方式构建的社会成功地建造出了“伟大的印加路”道路系统，当时最为复杂且范围最广，时至今日现存的约有30000公里。



这些路网供许多生活在这些国家不同区域的安第斯人、秘鲁人和其他国家居民日常使用，大部分免费开放徒步。

自然和文化保护区徒步

“印加路网（Qapac Ñan）”的路线会经过自然保护区，比如秘鲁北部的瓦斯卡兰（Huascarán）国家公园，或是诺亚乌尤斯-博查斯风景保护区（Nor Cochas Yauyos），穿越保护区的游客需要向公园管理机构——隶属于环境部的国家自然保护区管理局（SERNAMP）购买门票。门票费用于步道保护。

秘鲁的自然保护区占国土面积的20%：包括11个国家级保护区、5座国家公园、5座国家级神

庙。门票价格为外国成年游客3到8美元，秘鲁籍游客3到4美元，本地游客1到2美元。马丘比丘古神庙以及查克奎劳保护区（Choquekiraw）等文化保护区是印加古道上最出名的路段，文化部在该路段采取了同样的收费措施。如今，这些保护区每年接待的游客超过12.9万人次。

每年有成千上万的游客来此游览，因此游客须在限定的时间范围内在指定网站

（<https://www.machupicchu.gob.pe/>）进行预订，并在预订时登记到达时间。印加路网（Qapac Ñan）的其他路段和其他步道免费使用，由当地社区和市政当局负责维护。大多数步道也都是如此。只要经过保护区，徒步者就必须聘请导游，导游这个职业也越来越专业化。徒步者途经印加古道上途经马丘比丘神庙时，必须成团徒步，露营需在指定的地方，因此每个团队都必须聘用一名持证向导陪同。

开设文化与自然专业的高等教育学校和学院均可以颁发向导证书，考生可以选择接受3到5年的专业培训。

2012年，秘鲁成为第一个加入国际山地领队协会联盟（UIMLA）的南美国家。国际山地领队协会联盟作为山地徒步向导协会，其成员都是各国已通过国际标准认证的向导。秘鲁与瑞士合作开展课程教学，成立了瓦拉斯（Huaraz）培训中心和秘鲁官方徒步向导协会（AGOCP）。该协会目前拥有约50名持证山地领队（参见上册第10章）。超过15000名的秘鲁籍徒步向导通过了认证，他们来自文化、自然、登山等不同专业，不过更多的人从事着信息服务行业，还有厨师、牲畜饲养员等为步道的运营提供配套服务。印加古道上的旅行团向导服务费用视徒步人数和向导资质经验而定，每天60美元到200美元不等。



“雪星节（Qoylluriti）”朝圣

无数身穿传统服饰的朝圣者从位于Mahuallane的起始步道起开始，步行前往Sinagara营地，在那里，他们伴着传统音乐整夜跳舞狂欢。在太阳升起之前，每个土著部族举着代表自己部族的旗帜，登上冰川，完成古老的仪式，他们以这种方式庆祝安第斯新年的到来。接着，朝圣者踏上40公里长的小路，徒步行走一下午和晚上，在圆月的映照下前往Tayancani。抵达后他们站在滋养着库斯科盆地的山谷和居民的“APU Ausangate”神山上观赏日出。



◆ 当地人徒步习俗

秘鲁约有600万人习惯在日常生活中徒步（步行去学校、市场、田野等），超过100万人通过游览自然和文化保护区进行休闲徒步旅行。此外，还有数十万秘鲁人参与各种宗教朝圣。

◆ 徒步/高山徒步市场

秘鲁旅游业持续增长，2019年入境国际游客达到450万人次，国际旅游产值为53亿美元，占国内生产总值的3.9%，国内旅游则占3%。秘鲁的酒店和旅游业占该国经济总量的6.9%。

其中“活动旅游”占据重要位置，在国际旅游方面更是如此。游客大多徒步游览名胜古迹。参加多日高山徒步活动的游客人数近五十万，山区自然保护区的徒步活动尤为活跃。

在秘鲁，国际游客平均每天花费130到150美元，大量旅游运营商和旅行社从中受益。由于旅游线路通常是徒步路线，大多数运营商和旅行社提供徒步游产品。库斯科旅游协会（CARTUC）汇集了在这方面最专业的运营商，其中35家专门从事高山徒步。

人们普遍将旅游业视为能够将安第斯和亚马逊的传统经济融入现代经济部门的一项工具，通过与徒步旅游相结合，人们不仅能学会尊重各种文化和价值观，还能接纳族群的与众不同之处。因此，步道是一种非常好的载体。





©摄影/Laurent Boiveau www.tekenessi.fr/: 在Isola国家公园徒步旅行 (马达加斯加)



“岛国漫游”

◆ 徒步旅行的法律环境

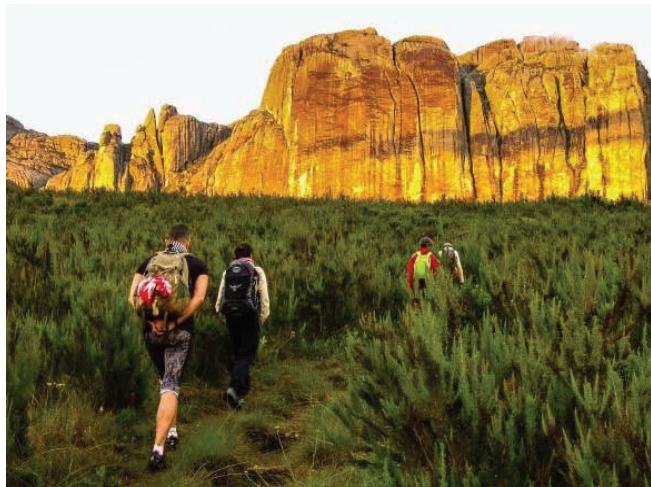
严格来说，马达加斯加并没有出台专门针对徒步旅行的法规。马达加斯加境内的徒步活动有两种截然不同的选择：国家公园和其他地区。

马达加斯加共有122个保护区，约占全国总面积的10%。它们分为受保护地带、国家公园、特别保护区和自然综合保护区。保护区由政府（旅游部）负责管理，并出台针对这类保护区内的相关规定：

- ◆ 门票（各公园有所不同，成人票从12到18美元不等）；
- ◆ 各公园需为徒步旅行者提供必要的本地服务，如搬运工、向导、厨师等；
- ◆ 针对多日出行的露营地点；
- ◆ 提前确定徒步路线，中途不得更改路线；
- ◆ 其他。

在其余地区，也就是其余90%的国土（面积比四川省稍大一点），远足和高山徒步通常受到“惯例”约束。这种所谓“管理”通常是约定俗成的规则。另外，人们还需要：

- ◆ 向村长解释通行理由，从而获得从其管辖区域的步道通过的批文；
- ◆ （偶尔）需要祭献，向祖先的灵魂祈求保佑；
- ◆ （通常）需要与地方当局讨论并分享徒步动机；
- ◆ 在一些“Dahalo”，也就是偷牛贼活动的地区，最好（非强制）事先派人与村级行政单位会面，告知徒步旅行团队会经过此地。



◆ 自然保护区（国家公园）徒步

多年来，马达加斯加一直向当地宣传保护大自然的必要性，出台了环境保护措施，比如禁止在保护区区域内放牧、禁止通过焚烧秸秆来促进生长。

这一变化使得这类保护区能更加容易地纳入旅游活动管理当中，而且一部分经济收入将流向附近的村庄。不过这项原则并没有彻底执行，村民有时会在游客和徒步者进入公园时直接向他们索要费用。

◆ 徒步商业化领域

马达加斯加拥有丰富的自然资源可供探索，高山徒步只占该国旅游的一小部分，以豪华海滨度假区为发展方向的大众旅游经济是政府的优先投入对象。

在马达加斯加，要成为徒步向导，必须经历从搬运工到巡逻人、再到向导这一常规过程，可能需要数年时间。向导不需要经过规范培训，只要生活在首都并且会说一门外语就可以进入这一行。

马达加斯加内陆地区徒步探险潜力巨大。因为不论是从南到北，还是从东海岸到西海岸，马达加斯加的地理及民族多样性使得国际旅行社能够提供多种徒步旅行产品。不过，内陆徒步仍然是具有冒险性质的小众化旅游，专属于那些有兴趣通过徒步重新发现这座岛屿丰富多彩之处的徒步爱好者。



4.9

其他地区及其他管理模式

徒步活动国家管理规定及出入徒步穿越区域国家组织规定奠定了徒步活动的总体框架。但是，与徒步活动和步道有关的条例和管理模式可能会因不同地区的保护等级和所经地区的法律地位不同而有所差异。

途经私有土地和自然保护区的私有化步道管理范例



班克斯半岛步道（BANKS PENINSULA TRACK）的管理（新西兰）



班克斯（Banks）半岛的徒步活动由私人经营者管理。上世纪80年代当地经济衰退时期，当地农民和土地所有者联手创建了一个私人步道及生态旅游管理机构公司，取名为“班克斯半岛步道（Banks Peninsula Track）”，旨在通过运营原生态民宿和向过路徒步者收费来实现收入多样化。

进入步道、使用步道和住宿/餐饮/导游等均为付费服务；带向导的徒步团队规模限制在12人以内；步道限流开放，以免影响大自然，确保游客在大自然中享受到高质量的沉浸式体验。

其中一部分收入用于重新投资、步道设施维护和服务改善。由股东负责维护和开发新步道。决策程序采用股东一致统一模式。

班克斯半岛步道（Banks Peninsula Track）公司拥有特许经营权，步道允许穿过由环保部（DOC）管理的未对公众开放的敏感自然区。

- ◆ 班克斯半岛提供的生态旅游项目涵盖：
- ◆ 路程为从几小时到几天的徒步步道；
- ◆ 疗养、森林徒步、海滨徒步或火山徒步；
- ◆ 探索发现各种各样的保护动植物；
- ◆ 农场和生态保护体验型旅游产品。

这类型的产品在新西兰已经成为最受欢迎的旅游产品之一，年营业额达数百万美元。

（来源：www.bankstrack.co.nz）

途经多个地区和不同法律地位的步道合作管理范例



比布蒙步道 (BIBBULMUN TRACK) 的管理 (澳大利亚)

这是一条位于西澳大利亚的非常受欢迎的超长距离步道，从珀斯 (Perth) 以东的卡拉蒙达 (Kalamunda) 延伸至奥尔巴尼 (Albany)，全长1003公里，分为58段。

比布蒙步道 (Bibbulmun Track) 基金会是一家非营利性社区组织，其任务是对步道进行管理，包括步道维护、推广和营销。其宗旨是保证步道的可持续性、吸引力和高标准。基金会向步道使用者出售地图，提供徒步向导服务，提供行程规划建议，出租装备并组织辨别方向和露营烹饪方面的培训。

该基金会是徒步步道共同管理模式的典范。基金会的合作伙伴是隶属于生物多样性保护和景点部的西澳大利亚公园和野生动植物处。基金会吸纳了大量会员，还有志愿者专门负责各段步道的维护。同时，基金会还通过各种活动和赛事吸引了大量补助和捐款，为步道提供资金支持。

公众可在步道上免费徒步，甚至露营。基金会及沿线当地社区出售各种付费服务（住宿、商店、餐饮、出租车等），徒步向导组织陪同及负责人员安全，以及旅游运营商进行“全包”式组织安排。

(sources : www.bibbulmuntrack.org.au)

政府管理徒步步道的范例



米尔福德步道 (MILFORD TRACK)
的管理 (新西兰)



米尔福德步道 (MILFORD TRACK) 是新西兰最负盛名的徒步线路，是峡湾 (Fiordland) 国家公园内一条长55km的单向步道，由国家政府机构新西兰环保局 (DOC) 负责管理，是政府管理模式的一个典范。

DOC负责步道和整个公园的维护、推广和开发工作，没有志愿者或社区团体参与其中。

人们可以在步道上自由徒步，但需要提前预约。步道沿线有3座可供住宿庇护所和小屋，与新西兰本地使用者相比，徒步游客在此的过夜价格更高。步道每年接待大约12万人次的徒步游客。

Ultimate Hikes是米尔福德步道 (Milford Track) 唯一一家授权的专业商业运营商，承接那些不想自己安排徒步旅行的游客。Ultimate同时也是这所公园内另一条著名步道——路特本步道 (Routeburn Track) 的独家商业供应商。

Ultimate Hikes特许经营费用中很大一部分用于步道的养护。

(来源: <https://www.ultimatehikes.co.nz>)



©摄影/Jules-Pijourlet: 正在对勃朗峰 (Mont-Blanc) 换线步道排水系统进行修缮的志愿者 (法国)



©摄影/Association Club Vosgien: 勃日山脉 (Vosges) 旺特龙 (Ventron) 保护区步道上正在工作的

4.10

步道管理与志愿服务：黄金合作伙伴关系

考虑到步道建设和维护成本，除出于商业和纯旅游目的的收费步道和景点外，在大多数有徒步文化的国家，为了维持步道高质量，同时保障所有人都有权使用步道，志愿服务都是必不可少的一种合作伙伴关系。同时也是社区将步道归为共有财产的最好证明。

志愿者服务的影响范例



美国的步道志愿服务



据美国国家森林局对其负责管理的众多步道的统计，2012年志愿服务时数达120万小时，估计时间价值为2600万美元。（来源：《2013年美国政府问责署报告》）

2014年，有报告就国家步道系统合作伙伴关系进行了调查，报告指出负责国家风景步道和历史步道的非营利性组织的志愿者一共贡献了超过一百万小时的志愿服务，估计价值近2400万美元！

美国徒步旅行协会（AHS）报告显示，在其资助下进行维护建设的步道中，有63%的工作是由志愿者完成的，15%由其员工完成，11%由政府雇员完成，7%由学生社团完成，4%由其他类型的工人完成。每年，美国徒步旅行协会（AHS）都会在全美各地组织50多项志愿者体验式度假计划。以2014年为例，共有478名美国志愿者参加了23个州和美属维尔京群岛的48场旅行。这些志愿者为步道贡献的工作时数超过19000小时，价值超过431000美元。

由美国徒步旅行协会举办的美国国家步道日（National Trails Day®）在2014年的活动中，共计有21800名志愿者参加了439个步道项目；志愿者工作价值估计达230万美元。

本章记忆要点



跨境步道/欧洲徒步协会



5

欧洲的徒步旅行就是跨境步道很有说服力的例子，很值得探讨。19世纪，德国最早出台关于规范休闲旅游徒步的政策。

出去放松、发现历史、探索自然遗产的追求正是负责开发和维护步道的俱乐部的初衷。当时世界上的一些地方仅有几条作为朝圣主线的道路联系着，各地区之间的联系甚少。这时作为步道开拓者的徒步旅行者仍以各自国家为界，开拓步道。

第二次世界大战让各国人民之间握手言和、交流和见面的意愿更加强烈。大自然和步道成为了人们的首选场所。从那时起，国家或地区层面的步道开始发展成为“徒步路线”，同时也成为了欧洲各国的共同财产。于是，在欧洲大陆建立一个国际性联盟组织的“大胆想法”就诞生了。来自5个国家（德国、法国、瑞士、比利时和卢森堡）的八家协会成为了这一联盟组织的“创始人”。

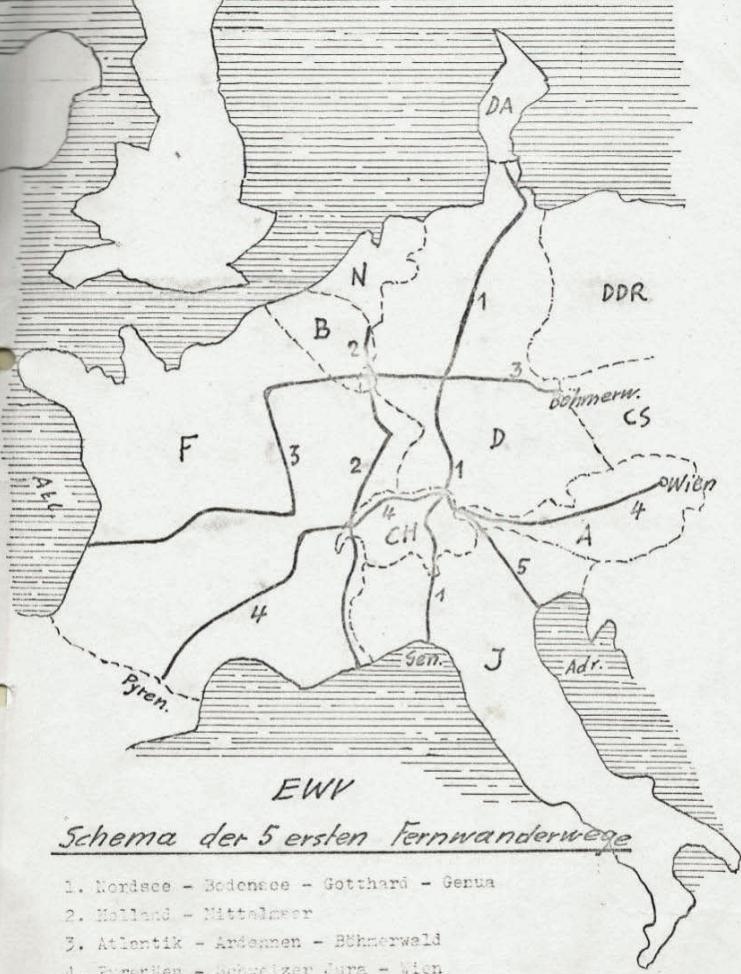
作为过去发动战争的责任方，德国积极推动步道建设，希望能够以徒步旅行这种方式与欧洲各国和平交往，抛弃过去的隔阂。欧洲徒步协会于1969年在德国西南部山区临近斯图加特市的老牌徒步圣地成立。第一任主席Georg Fahrbach博士在协会成立致辞中说：“对于我们这样的徒步爱好者而言，自然风光并不受限于国界和洲界，我们应当推广这样的观点，那就是各国人民都是平等的，都是拥护整个人类社会的平等的公民”。

欧洲徒步协会（英文：European Ramblers Association (ERA)，德语：Europäische Wandervereinigung (EWV)，法语：Fervore Européenne de Randonnée Pédestre (FERP)）如今汇集了来自35个国家的65个国家级和地区级组织。

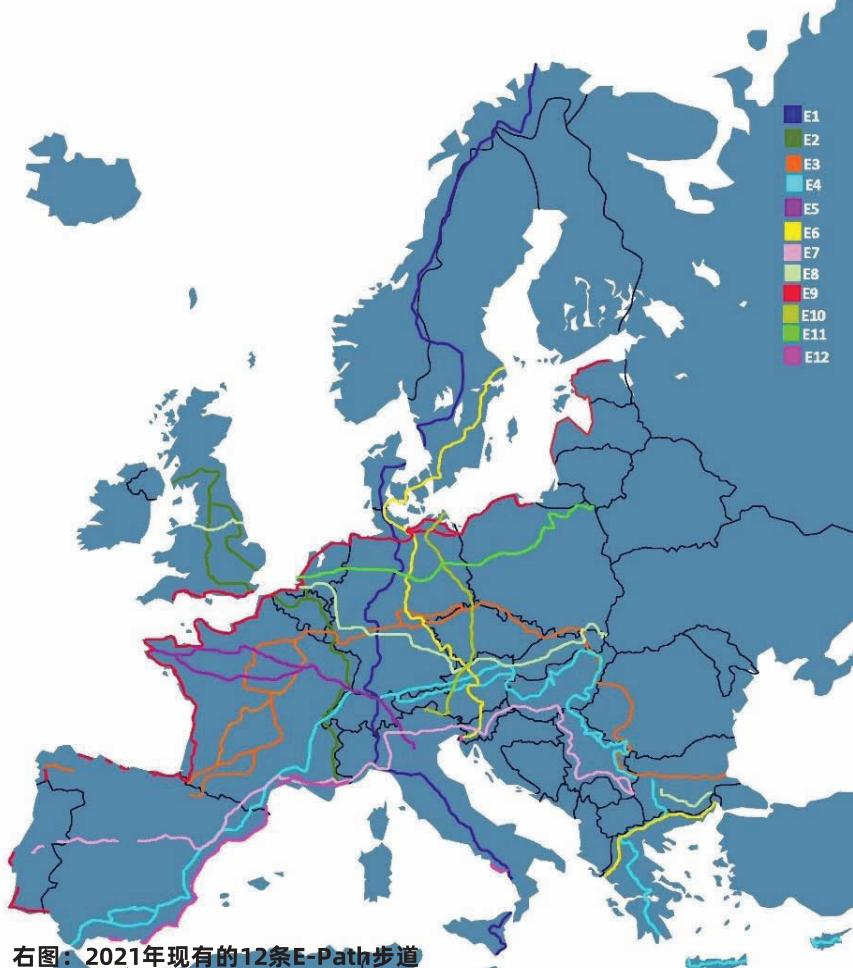
章节目录

- 5.1 50年历史，汇集了来自35个国家的65个组织
- 5.2 E12地中海步道
- 5.3 2000年欧洲徒步大会
- 5.4 欧洲最佳优质步道标志

感谢欧洲徒步协会管理办公室和秘书处的合作



左图：1971年最早的5条E-Path步道
——Hans Präsident der Wegekommission



5.1

50年历史
汇集了来自35个国家的65个组织



感谢协会副主席Armand DUCORNET的合作

起初，欧洲各地的发烧友聚在一起，讨论跨境步道事宜。为了实现这一雄心壮志，建立一个联合会就成了顺理成章的事。为了落实该项目并向各个国家和地区进行推广，于是成立了“国际步道委员会”。

除了步道网的创建外，他们还面临着来自教育和政治两个方面的挑战：

- ◆ 通过步行、自由亲近大自然、负责任且尊重环境的行为来推广一种健康的生活方式；
- ◆ 增进对欧洲历史及其自然和文化遗产的了解；
- ◆ 通过广泛的跨境合作促进各国人民的相互理解。

为了确保这一项目的实施，需要建立一个开放的步道和路线网，方便徒步者通行。其中一个目标就是向有关部门申请放宽护照和海关方面的法定程序：这在当时是一个非常乌托邦式的想法。

各个国家的俱乐部和协会发挥各自的长期经验（有些经验已经积累了100多年），为徒步活动提供便利条件（步道标记、维护、宿营地、大型活动等）。

该项目在广泛共享和协商的基础上逐步实施。主要分为以下几个主要阶段：



第1阶段：1970年

首先是要统一用词。步道还是路线？于是各相关方共同做出了以下定义：

- ◆ 什么是步道：这是活动的基础，是人们徒步的场地。可以是私人财产、集体财产，或者是国有资产；
- ◆ 什么是路线：是指设计师设想的在道路上进行徒步旅行的路程。该路程在地图上绘制，实地标记并向所有徒步者开放。

欧洲计划建设5条跨国路线，并组成道路网，于是开展了初步规划工作。作为该项目牵头人的德国用自己的语言将该计划称之为“E-Wege”，也就是英语“E-Paths”。项目有几大原则：

- ◆ 路线沿风光秀美，途经多个地区和国家的现有徒步步道设置，这些；计划采用欧洲统一的标识对这些路线进行标记，从而为徒步者指引方向。这些标记将设置在明显的位置；
- ◆ 标牌上标注的地名必须使用当地语言书写；
- ◆ 标记的设置和步道的维护将由途经的国家和地区负责。

第2阶段：1972年

由集体共同确定优选路线。当时选定、批准并实施了两条优选路线：

- ◆ 从挪威出发，途经瑞典、丹麦、德国和瑞士抵达意大利的1号泛欧步道（E-Path 1）（最终确定的路线全长4960公里）；
- ◆ 穿越法国、瑞士、奥地利和意大利四国的5号泛欧步道（E-Path 5）（最终确定的路线全长3050公里）。

这两条泛欧步道（E-Path）在德国的康斯坦茨市（Constance）交汇。两条步道也正是从此处开始各自向不同方向延伸：E-Path 5向东西延伸，E-Path 1向南北延伸。

这一阶段起初仅是构想，但却在这时开始了施工建设，并且出版了一本国际手册。协会主席 Fahrbach在这本手册中写道：“徒步旅行是一座轻便但牢固，可以连接各国人民的桥梁……”。

他的发言让人记忆犹新且历久弥新，其中有这样一段话：“……规划的路线网主要是象征性的。我们不会天真到自以为人们现在会从意大利南部的地中海徒步走到丹麦的北海，甚至到俄罗斯的北冰洋，或是从西班牙的比利牛斯山脉走到奥地利的维也纳森林。但是，连接始于现在。另外，这些长距离徒步路线可以分段走完，这丝毫不会影响它们作为各国人民之间连接纽带的价值。”

第3阶段：1973年

从康斯坦茨启动的E-Path 1和E-Path 5步道工程朝4个方向推进。欧洲徒步协会发出响彻欧洲大陆的宣传口号：“我们的宗旨是通过徒步来增进各国人民之间的理解和友谊，开展健康的休闲活动”。

第4阶段：1974

为徒步者编写的第一本“指南”描绘了已经基本完工的E-Path 5步道。那些想要走完部分路段或走完全部路段的徒步者可以从这本指南中找到他们想了解的所有详细信息。

第5阶段：1975年

向公众、俱乐部和当时的旅游运营商推广的这一徒步产品开始初见成效。步道迎来了一批梦想徒步圈欧洲的长途徒步旅行者。但是，需要实地去做的事情仍然很多。比如，路标设置不完善遭到了很多游客的吐槽。当然，这也证明了人们对这个项目感兴趣，步道很受欢迎。

另外，为了弥补这些不足，集中力量和资源，把功夫用在刀刃上，同时避免协会主席收到的大量提案导致注意力分散，委员会及其国际代表决定在“新指示”下达之前，将工作重点放在确定和实施最初规划的6条路线的最终方案上：

- ◆ 1号泛欧步道（E-Path 1）：进行中；
- ◆ 2号泛欧步道（E-Path 2）：将穿越爱尔兰、英格兰、荷兰、比利时、卢森堡、瑞士、法国（最终确定的路线全长4850公里）；
- ◆ 3号泛欧步道（E-Path 3）：将穿越西班牙、法国、卢森堡、比利时、德国、捷克共和国、波兰、斯洛伐克、匈牙利、罗马尼亚、保加利亚，甚至将穿越土耳其（最终确定的路线全长6950公里）；
- ◆ 4号泛欧步道（E-Path 4）：将穿越西班牙、法国、瑞士、德国、奥地利、匈牙利、罗马尼亚、保加利亚、希腊、塞浦路斯（最终确定的路线全长10450公里）；
- ◆ 5号泛欧步道（E-Path 5）：即将完工；
- ◆ 6号泛欧步道（E-Path 6）：穿越芬兰、瑞典、丹麦、德国、奥地利、斯洛文尼亚和希腊（最终确定的路线全长5200公里）。

这几条路线在各个国家和地区的俱乐部和协会志愿者的参与下分段建设，尽管这些俱乐部和协会并不全是欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）的会员。欧洲徒步协会仍尝试在整个欧洲大陆统一组织这项运动。

欧洲徒步协会也放弃了阿尔卑斯山区某些陡峭地形路段的建设，并将其交由在这方面更专业的当地登山俱乐部负责。实际上，出于安全考虑，应当避免吸引经验不足的徒步者来此。而且，当地俱乐部并非始终看好欧洲“监管”。尽管如此，欧洲徒步协会和阿尔卑斯山当地登山俱乐部仍然保持紧密合作。

第6阶段：1979年

各国迫切需要一种符合本地标记规范的通用标志。于是从此以后，各条泛欧步道正式用字母“E”加上数字编号表示。沿相关步道线布置的当地传统路标也加上了这一符号。这一概念在今天仍然有效，尽管不同地区的标记数量有所不同，从而使统一标记的工作变得复杂。

第7阶段：1981年

在这个阶段，“铁幕”已经将西欧和东欧分割了整整10年。原本计划建立通往苏联各国的步道受到这道死亡分界线的阻碍。不过，欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）通过外交沟通在这一年分别接通了从南斯拉夫通往意大利和通往奥地利的步道。

第8阶段：1982年

泛欧步道穿越了18个成员国和10个非成员国。通过当地的“自然之友”俱乐部，东欧的匈牙

利也开辟了自己的步道，作为“E4”步道的延伸。捷克斯洛伐克随后也在1984年像匈牙利一样，加入了步道的行列。

第9阶段：1989年

东欧向西方打开了大门。此后，欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）可以自由地将徒步路线向东延伸。甚至来自俄罗斯的俱乐部也成了该协会的会员。

2021年

欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）推动了由12条长距离步道构成的步道网，每条步道长度从2070千米到12000千米不等，步道总长60000千米，途经28个国家，欧洲徒步协会取得了出乎意料的成果。按照上世纪70年代所采取的原则，这12条泛欧步道（E-Path）由各个国家的联合会通过各自的区域或地方委员会进行管理。

然而，运营这样庞大的步道网所面临这巨大的挑战。因为参与者众多，文化和语言各不相同，各个管理方对泛欧步道（E-Path）的关注程度也不尽相同。在各个市镇选择步道时，也不会首先考虑泛欧步道（E-Path）。



总的来说，步道网通用识别标记仍然沿用E-Path这样的身份标志，作为途经区域的国家级、区域级和地方级路标设置基本规则的补充（由于这些基本规则沿袭当地历史，任何联合会都不能放弃使用）。将泛欧步道（E-Path）的基本规则广泛纳入当地基本规则这一想法尚未完全实现。

通过从众多的管理方收集包括精确GPS轨迹在内的现有信息，全面了解整个步道网，例如步道条件、标志、野餐场地设施，为徒步者提供的服务等仍然是欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）当前的一个重要目标，工作任务是非常艰巨的。协会的最终目标——也是其长期任务，仍是完成步道网建设并翻新整个网络。

步道维护和修缮产生的经济成本一直由相关路段所在地区的当地机构承担。泛欧步道（E-Path）已经成为了徒步旅游的代名词，将步道纳入泛欧步道能帮助不到获得当地政府、旅游局以及地区和国家级机构的补贴。

欧洲徒步协会的主要任务之一就是协调统一这一伟大的跨境国际步道方案。



ERA-EWV-FERP



图片：绿色部分为欧洲徒步协会成员协会所在的国家



© 摄影/archives ERA：沿“E12”步道徒步（西班牙）



© 摄影/archives ERA：“E12”步道国际周（意大利）

5.2

E12地中海步道

感谢协会副主席Domenico PANDOLFO的合作

关于一条仍在建设中的独具特色的国际徒步路线的故事.....

地中海沿岸是一个特例。地中海是西方文明诞生的摇篮。从腓尼基人航海时期开始，甚至更早以前，地中海沿岸的步道独具特色。地中海是西方文明诞生的摇篮。从腓尼基人航海时期开始，甚至更早以前，地中海就是扎根于地中海各个角落的各种文化相互碰撞和融合的实验室。知名地中海史专家Fernand Braudel曾写道：“何为地中海？答案有千万种。不只是一种风景，而是无数种风景。不只是一座大海，而是一连串的大海。不只是一种文明，而是彼此叠加的文明”。

自古以来，地中海沿岸的居民便一直沿着海岸，步行前往各个城市或小渔村。不论是希腊人、罗马人还是后来生活在中世纪时期的地中海人民，他们相遇在各个国家，为这个人口稠密的广袤区域注入了多元化含义：我们可以称之为阿拉伯地中海、犹太地中海、希腊地中海、罗马地中海、北非地中海，甚至其他。

正是在这片人才济济的土地上诞生了围绕地中海沿岸建设沿海步道的想法，并遵从与欧洲徒步协会创始者们相向而行的“人与人同行”的哲学理念。

项目起源

2008年

这一年，在西班牙举行的会议上提出了建设一条总长度约4.6万公里连接地中海沿岸19个国家的环形步道的建议。

2009年

这年，会议再次回到西班牙举行，这次会议对项目可行性进行了讨论。4个联合会参加了此次会议，他们是意大利徒步联合会（意大利）、法国步行远足联合会（法国）、西班牙山地运动和攀登联合会（西班牙）以及摩洛哥北部发展协会，西班牙的许多地区协会也参与了这次会议。会议讨论了实施办法，随后，以“E12—地中海弧线”作为项目名称提交欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）批准。

这一构想确认通过后，步道将沿海岸线布置，如果不能满足这一条件，则路线可以朝内陆地区迁移，但必须始终可以“看见大海”。之后，会议对这条路线的特点进行了初步分析：

- ◆ 统计保护区（公园和自然保护区、敏感区等）；

- ◆ 编制特定的考古和历史文化景点清单；
- ◆ 分析城市人口密集区相关问题。

同年，西班牙南部建成了E12步道第一段标志性路段，长度为3千米，彰显了将这一伟大的项目变为现实的意愿。

2010年

参与该项目的4个国家的协会再次在意大利聚首，制定状况检查表并检查规划工作的进展情况，检查内容包括：一般性报告、总体地形和局部地形、按每段30到50千米的距离分段收集的路线相关数据、讨论遇到的问题、标记设置草案等。

同时，意大利建成了第一段连接Infreschi湾的“E12”路线，这一标志性路段长6千米。而Infreschi湾作为本项目的核心，是一座拥有3000多年的航行史的天然港。最终，欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）正式批准了总体规划，理论距离为4600千米，初步涉及4个合作伙伴国家。

不过，“E12”步道还有很多部分仍然有待进一步考察。此外，步道建设还面临着一些无法克服的困难，比如，如何让徒步旅行者穿越工业区、港口区、城区、人口密集区和旅游区之类具有较少景观性和自然性的广阔区域？是否可以利用船、火车或汽车等公共交通绕过这些不适合徒步穿越的地区？

项目开发

2011年

在这一年，标志性的6公里路段建成，法国举行了的落成典礼，各参与方齐聚法国。其他地区正在陆续开展“E12”步道清理和标记工作，包括已使用步道的清理和标记等工作。

2013年

会议再次轮到在意大利召开，会议上出现了巴尔干国家的身影——斯洛文尼亚、克罗地亚和波黑参加了此次会议，此外还有塞尔维亚（虽然从地理上而言，本项目并未涉及该国）。尽管第一阶段尚未结束，但会议还是决定将地中海环线再向东延伸1600千米，从意大利的波河三角洲延伸至阿尔巴尼亚。

自2013到2020

迄今为止，大约有1800千米（占“E12”环线预计总距离的4%）的路段已经完工。西班牙、意大利和法国的协会仍在继续他们的任务，以便在未来几年内最终确定这几个国家的路线穿越方案。目前，这四个国家的协会正在为一些知名且经常有人使用的地区级或国家级步道加上“E12”标记。

这条地中海步道以其独一无二的特征和遗产资源促成了多项大型活动，吸引了来自欧洲和其他大洲的徒步群体。

2013年，在意大利举办的“E12”国际周迎来了900多名来自葡萄牙、西班牙、法国、丹麦、英国、瑞士、塞尔维亚、马耳他和意大利的徒步爱好者。2015年，法国境内的地中海步道接待了数百名欧洲徒步旅行者。2017年，有700多名徒步旅行者徒步前往西班牙，其中包括一群来自中国香港的徒步旅行者。

当前摸底调查

本项目自启动以来一直得到了志愿者的全力支持，而他们所在的各个协会对包括勘测绘图、实地考察、咨询、编制必要文件等在内的活动给予了支持。这些志愿者还在没有任何外部专业和外部经济支持的情况下完成了既定步道的升级和路标设置工作。

工程实施中出现的延误、遇到的阻碍暴露了总体规划存在的不足。实际上，在规划阶段忽略了某些对项目落实有重要影响的方面，比如：

- ◆ 忽略了路线途经地区的地理位置考察和专业勘查；
- ◆ 忽略了从科学和法律角度对路线与生态系统的兼容性进行评估；
- ◆ 忽略了路线及局部路段面向的目标徒步者；
- ◆ 忽视了各个国家的现行法规；
- ◆ 未重视在实际开工之前需获得的批文和许可；
- ◆ 忽视了项目的社会和环境可持续性以及经济可行性；
- ◆ 未重视开展各项工作可用的人力资源（志愿者和雇用并支付报酬的非志愿者员工）。

志愿者的热情和服从安排对世界上大多数步道的开辟、维护和准备工作来说都是不可或缺的。但是，若没有专业的培训和规范，仅靠热情和服从是无法完成将地中海区域联系起来这一如此复杂的项目，更不必说这个区域本就时常动荡，而且各国对领土的监管越来越严格。

理想的解决方案是地中海沿岸国家建立起统一的政治框架，不过这一框架尚不存在，而“E12”步道整个环线可以打造成为这一政治框架下的标志性项目。尽管无法预测环线何时可以合拢，但是我们对项目所承载的价值仍然抱有希望：

- ◆ 项目包含着巨大文化意义；
- ◆ 项目能够对地中海地区旅游业产生的重大积极影响；
- ◆ 项目能帮助地中海区域的各国人民建立对话，克服种族和文化偏见。



© 摄影/archives ERA：捷克布杰约维采市举行的2006年欧洲徒步大会(EuroRando 2006)（捷克共和国）



© 摄影/archives ERA：欧洲徒步大会 (EuroRando) 期间“E4”步道上成群结队的徒步者（塞尔维亚）

5.3

2000年欧洲徒步大会

感谢欧洲徒步大会发起人Maurice BRUZEK的合作

徒步者喜欢大自然，喜欢独自一人或与几个人组成小群体享受自然，但他们有时也喜欢多人聚会：这是在“徒步爱好者”大家庭中分享自己的热情和文化的一个机会。这种不定期的活动每次也是东道国发展旅游业发展的好机会。

本着这一精神，欧洲徒步协会以位于斯特拉斯堡的欧洲理事会为核心，分别于2000年和2001年举办了欧洲大陆徒步接力活动。由此推出了“欧洲徒步大会（Euro-Randos）”。25万多名徒步者从位于欧洲大陆“边缘”的起点出发，沿10条欧洲长距离步道线路行进，涌向这座欧洲首都。斯特拉斯堡市迎来了数以万计走完这次“长征”的徒步者，庆祝活动和聚会持续了整整一周，各个国家的高级政要代表和欧洲官员出席了盛会。

此项活动的开幕式在欧洲议会召开，欧洲议会主席和欧洲理事会秘书长出席了开幕式。这项盛会强化了国际组织对欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）及其成员协会的认可，同时鼓舞着他们朝着自己的目标长期奋斗下去并取得最终成功。另外这次活动也就徒步领域的其他重要话题进行了讨论，比如所有公共和私人道路的徒步通行权以及给予志愿者何种适当身份，毕竟志愿者是由官方组织参与的，而且是“欧洲共同发展所必不可少的”。

作为欧洲徒步大会的发起人，法国徒步联合会主席Maurice Bruzek发表了题为《徒步大陆！》的宣言。他在欧洲议会当着欧洲主要领导人的面发表了演说，然后加入了由成千上万人组成的游行队伍。这一游行受到法兰西共和国时任总统雅克•希拉克的大力支持。

从2006年开始，欧洲徒步大会（EuroRando）作为欧洲传统主流徒步盛会每隔五年举办一次。这一年，捷克共和国作为东道国，迎来了大批从比利时、丹麦、芬兰、法国、意大利、匈牙利、德国、波兰、葡萄牙、奥地利、斯洛伐克、斯洛文尼亚、西班牙、瑞士、英国和捷克共和国等国而来的徒步者。2011年，安达卢西亚成为东道国，迎接了来自西班牙、葡萄牙、丹麦、德国、法国、意大利、英国、波斯尼亚和黑塞哥维那、瑞士、荷兰、瑞典、黑山、斯洛伐克、捷克共和国、马耳他、塞尔维亚、斯洛文尼亚等国成群结队的徒步者。2016年的集结地在瑞典。2021年计划在罗马尼亚举办这一盛会。

这些活动本着联合各国人民、加强跨境交流的初衷，促进各徒步俱乐部和协会之间的聚会和互动。



©摄影/archives ERA：在E-Path步道上的徒步旅行

5.4

欧洲最佳优质步道标志

欧洲徒步协会推出这样的标志，意在使各级政府机构能认可该标志并将获得该标志的步道视作欧洲徒步领域的标杆。该标志于2012年揭牌，意在尽可能地让符合“优质步道”标志标准的最美徒步步道更加熠熠生辉。

专门负责“欧洲最佳优质步道（Leading Quality Trail – Best of Europe）”标志的欧洲徒步协会副主席Armand Ducornet回答了下面三个问题。

迄今为止，有多少条步道获得了该标志？

AD：“目前共有20条“优质步道路线”。其中最短的长50千米。最长的为550千米（位于葡萄牙）。另外两条分别位于比利时和丹麦境内的路线目前正在考察中。标志授予有效期为3年，之后必须重新评估”。

该标志能够带来什么？

AD：“会带来很多好处！先说对徒步旅行者的好处吧。当他们希望选择一条最有趣的步道时，该标志可以提供实实在在的帮助。该标志可以确保他们获得高质量的徒步体验，然后还可以确保他们遵守自然保护方面的规章。它还可以确保步道周围社区的参与，这一点很重要。更广泛而言，对于一个地区来说，有一条获得该标志认证的步道经过会丰富其品牌形象。这是名副其实的推广利器”。

“接下来需要明确的是，该标志的授予标准能够对步道的规划、创建和改善提供有价值的参考”。另外，这些标准还可为那些正在建立徒步游产品的国家提供核对清单。在那些已经拥有系统化且状况良好的步道网的国家，这样的体系会助力徒步旅游业的发展”。

这一荣誉采用何种方式授予？

AD：“授予程序分为2个阶段。提出申请后，欧洲徒步协会将对当地的徒步者进行培训，使其了解如何按照既定标准对步道进行评定，以便他们可以进行必要的升级调整。然后，将收集的资料发给德国徒步协会负责欧洲徒步协会标志管理的机构。接下来进行评定和审核。如果评定审核得结果符合要求，则授予该标志，有效期为三年。”

该标志针对的对象包括国内及跨境徒步路线的全部路段或部分路段，最短长度为50公里，且至少每天的行程分为3段路程。徒步线路评估分别从以下两个方面进行：

- ◆ 长度为4公里的多个连续路段（每段大约步行一小时左右）。每段步道从下列23项标准中任选标准进行审查，然后进行评分。每满足一项标准得1分。要获得50公里及以上距离的认证标志，所有相关路段每段都应至少获得11分。
- ◆ 根据强制性标准沿步道对每天的路程和整条路线进行评估。例如，一条长635公里的路线可以全线获得标志认证，或是只有一段或几段长度大于或等于50公里的路段获得认证，也可能由于优质路段太短且/或不连续而无法获得标志。

表格：评估体系和评估标准表

任选标准——针对多个连续的4公里路段		
	道路分类	限定值
1	天然道路：保留天然状态，未经人为稳定处理的典型景观道路	最低1000米 如果 > 2000米，则得分加倍
2	经稳定处理的道路：采用细碎石稳定处理的小径	无限制要求
3	难以通行的小径：有路堤或砾石，开挖过的小径	最多不超过300米
4	混合覆盖物：路上覆盖有沥青、混凝土、石块	最多不超过500米
5	步道：宽度1米以内的路径 5.1 天然步道：保留天然状态 5.2 经加固的步道和石板古道	至少500米， 如果 > 1500米，则得分加倍
6	穿越繁忙道路的路段：包括穿越无安全设施的道路	最多不超过50米
7	位于繁忙道路附近的路段： 从边缘到公路的距离最大不超过公路的宽度	最多不超过300米
引导		限定值
8	路标 国内有统一标记，且遵守FERP规定的路标设置一般原则 (Bechyné/Tschechien,2004年)	无缺损、错误，清楚明了
9	指示牌：标有路线目的地、距离、时间、编号和标志符号	最小2个

10	与其他已标记的路线组成路网	最小2个
自然&风景		限定值
11	多样性 景观构成有明显变化	至少3种
12	宁静的自然环境 没有机器或交通产生的噪音	单独一片地带 至少有1000米
13	迷人的自然风光 独特的生物群落和地质群落、壮丽的森林、海景、不滿岩石的区域、公园等。	最少1处（如果有更多，则得分加倍）
14	天然水道和水面 小溪、河流、江河、天然湖泊、大海	最少1处（如果有更多，则得分加倍）
15	点状分布的自然景点 比如，壮丽巍峨的山峰、峡谷、悬崖、洞穴、瀑布、古树、自然古迹	最少1处（如果有更多，则得分加倍）
16	令人印象深刻的观景点 常年（至少3年）通透的视野，视野广度至少45°，视野深度至少2公里	最少1处（如果有更多，则得分加倍）
文化		限定值
17	宜人的城市景观 老城小巷、地标建筑、集市、漫步小道、林荫道、乡村风光	最少1处（如果有更多，则得分加倍）
18	当地名胜 在当地乃至整个区域名声显赫的历史文化名胜	最少2处
19	超出地域限制的名胜 例如城堡、修道院、供电、国家级遗迹等	最少1处（如果有更多，则得分加倍）
文明		限定值
20	大规模开发的环境 密集的城区、工业区、水处理厂、高压电线	最多不超过300米
21	补给点 从中午开始提供餐饮或补给（可在途中购买食物）且至少营业5天	最少1处
22	公共交通站点、私家车 定时开行，至少每2小时一趟	最少1处
23	野餐场地 长凳、座椅、小木屋	最少2处

(来源：©欧洲徒步协会 (FERP) , 2019年)

基本标准—按每天路程	
基本标准	具体内容
安全	每段路程的安全措施都必须符合现行的国家法规
<u>每段路程的难度等级指示</u>	容易、要求较高、中等难度、较难
<u>人性化的路线入口</u>	
指示牌、专门的停车场	路线相关情况
<u>通达性</u>	
公共交通网（公共汽车、火车、替代方案：专门针对徒步者的出租车）通达各个休息点	每天至少两班或可以通过指定的路线获得公共交通服务
<u>住宿</u>	
酒店、旅馆、露营地、接送点	每段路程开始和结束的位置，应提供住宿或接送保障
<u>行李运输</u>	
	可以通过当地服务商（旅馆老板、出租车、旅游运营商）预订行李运输服务
<u>私人产业</u>	应保证私人产业区域、大门、围栏等的通行受到限制

(来源：©欧洲徒步协会 (FERP) , 2019年)

基本标准—针对完整路线	
基本标准	具体内容
<u>天然小径</u>	至少占全线的35%
<u>难以通行的小径</u>	最多不超过全线的5%，若为单独地块最多不超过1500米
<u>混合覆盖物</u>	最多不超过全线的20%，若为单独地块最多不超过3000米
<u>途经繁忙的道路</u>	最多不超过全线的3%，若为单独地块最多不超过300米
<u>位于繁忙道路附近</u>	最多不超过全线的10%，若为单独地带最多不超过3000米
<u>路标</u>	全线100%
<u>多样性</u>	8公里距离内至少2种植物群系变化
<u>吸引力</u>	根据13-19项任选标准，8公里距离内至少4处景点
<u>大规模开发的环境</u>	最多不超过全线的7.5%，若为单独一片地带最多不超过3000米

<u>对于徒步者而言人性化的路线入口</u>	至少有一块指示牌使用至少两种语言标注路线相关信息（本国语言加上法语、德语或英语等正式语言）
<u>起点与终点的交通便捷度出发地与目的地之间有公共交通工具（公共汽车、火车、出租车）</u>	每天至少2班

(来源: ©欧洲徒步协会 (FERP) , 2019年)



本章记忆要点



根据当地吸引力开发步道项目

6

一个地方能否吸引游客，主要看其自然资源（包括景观、动植物、气候等）和文化资源（包括历史、人口、古迹、机构等）是否有足够的吸引力。这种吸引力是本地区的特殊印记，独立于旅游业而存在。

适当开发这种吸引力，就会形成旅游资源，比如专为吸引游客而投资的陈设和基础设施。旅游资源可以是：

- ◆ 探索发现类景点，即游客自行探索大自然，体会大自然的神奇美丽；
- ◆ 娱乐消遣类景点，即游客作为景观的参与者，去寻找体验置身大自然的轻松愉悦。以步道为主题，“旅游产品”可以看做是一个地区的吸引力，而产品产生的“运动用途”

吸引力则是通过开发徒步线路并提供相应服务而挖掘出来的，这种吸引力即旅游资源以及对娱乐消遣的追求。

本章将地区吸引力划分为国家/国际、区域、本地和环境修复四个等级，并以此为基础介绍一组徒步产品。

吸引—稳定—增加粘性

发现类景点通常吸引的是不留宿的过路游客，基本不会给当地带来外汇收入。

而消遣类景点则不同。如果娱乐活动具有吸引力和多样性，则有助于吸引游客在该地区逗留，增加他们的粘性，吸引他们下次带上朋友前来。

章节目录

- 6.1 打造世界级旅游吸引力
- 6.2 打造区域级旅游吸引力
- 6.3 打造本地级旅游吸引力
- 6.4 环境退化
- 6.5 从品牌步道到知名区域



©摄影/高宁 (Serge Koenig)：扣人心弦的风景和真实的传统造就了一个世界级的旅游目的地（中国，2013年）

6.1

打造世界级旅游吸引力



顶级旅游目的地本身就具有吸引力，不需要人为开发就能吸引游客，所以这些地点一般都是原生态或半开发性质的。

目前旅游开发、组织程度低的顶级景点一般都比较偏僻，交通不便，未经过人为改造。这些景点与世隔绝，没有商业化的痕迹，保留着原汁原味。正是这一点吸引了很多一心寻觅独特旅游体验的自然爱好者、徒步者和背包客。

而另一些经过开发打造的顶级景点系统，通过营销活动和基础设施（例如，机场、公路、度假村、缆车、房地产综合体、休闲设施等）吸引着大众旅游，虽然经济效益可能相当可观，但给当地生态和社会带来的压力也不小。

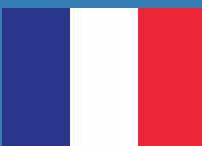
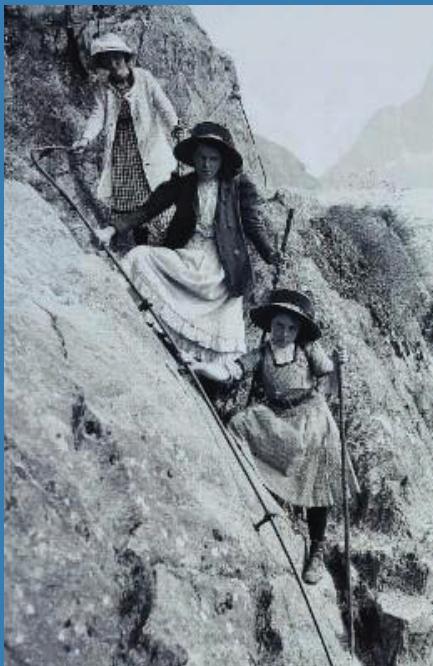
如果说打造顶级景点的挑战是经济发展与自然保护之间的协调关系，那么，也需要在大众消费旅游与具有品质感的绝佳体验式旅游之间找到平衡。人群众多的地方往往会吓跑那些喜欢在不打破规矩的前提下远离人群、亲近原生态的背包客。

顶级目的地往往被列为保护地带。

照片：

委内瑞拉安赫尔瀑布、巴西奥尔冈斯国家公园、处于中国和尼泊尔边界的珠穆朗玛峰、法国圣弥额尔圣殿、美国大峡谷、中国张家界石林、阿根廷巴塔哥尼亚山脉

徒步旅游在顶级目的地的地位与组织示例



霞慕尼山谷（法国）

世界山地运动之都

霞慕尼山谷简介

- ◆ 此地面积347平方公里，辖4个市镇，拥有14000名居民，提供82000个旅游床位，50000套度假别墅；
- ◆ 此地拥有3个国家自然保护区，可自由进入，但有各自的规定（禁止扔垃圾，禁止露营或篝火，禁止采花，禁止机动车通行，禁止无人机、滑翔伞、飞行器在距地面300米以下的上空飞行，遛狗必须有牵引绳，禁止伤害野生动物）；
- ◆ 山谷隶属勃朗峰山区，是欧洲面积最大的受保护区域之一，面积为223平方公里；
- ◆ 1924年第一届冬奥会举办地，旅游和山地运动的天堂，提供徒步、登山、滑雪等项目；
- ◆ 此地举办的环勃朗峰超级越野耐力赛（UTMB）为世界殿堂级越野跑赛事；

徒步历史

1741年，名为温德汉姆和波科克的两名英国游客到霞慕尼旅游，发现了从勃朗峰绵延而下的冰川，并将此记录在游记中，他们游记中的这一景点响遍整个欧洲。于是本地的水晶制造商和猎人纷纷当起向导。从那时起，当地纯净的空气和绝美的景色吸引住了欧洲贵族，当地开始发展徒步和山地旅游。



霞慕尼山谷徒步活动关键数据

- ◆ 480公里的步道、170条带标识的路线（不含高山）；
- ◆ 大多数居民都经常徒步，同时当地每年引来500万徒步游客；
- ◆ 霞慕尼向导公司成立于1881年，为世界上第一家向导公司，拥有60名徒步向导和180名高山向导；
- ◆ 徒步向导的日薪为每人17欧元（或10人220欧元）；
- ◆ 环勃朗峰六天徒步之旅的价格为500至1000欧元/人（取决于团队规模和服务水平）。

从整个奥弗涅-罗纳-阿尔卑斯（AURA）大区来看

- ◆ 2019年，28%的国内外游客表示为徒步而来，21%的人为探索自然而来的；
- ◆ 该地区有33,050公里长的带标识的步道。为法国徒步旅行的上乘之选；
- ◆ 该地区有1690名专业徒步向导。



徒步活动的组织

- ◆ 步道网络免费开放，因为自然界被认为是需要保护的共同财产，但同时也必须向所有人开放；
- ◆ 维护工作由15名代理人组成的市镇部门负责；
- ◆ 该地区唯一收费的徒步设施是建于1871年的迪奥萨兹峡谷悬空步道，由私人经营者管理，成人票6.5欧元；
- ◆ 自1958年以来，山地救援是免费的，由高山救援宪兵团负责，宪兵团的直升机提供支持（共38名专业救援人员，且有急救医生增援）。每年在霞慕尼山谷（从行政意义上讲，该地区下辖6个市镇）开展850次针对各类休闲活动的救援行动，其中140次针对徒步者（不包括雪地和高山）；
- ◆ 勃朗峰位于法国、瑞士和意大利三国交界处，根据三国救援组织之间签订的双边协议，出现险情时，三国应越过一切繁文缛节及时合作并开展不分国界的救援行动，这种国际互助还可以实现资源共享。

全世界关注的徒步项目

虽然很困难，但徒步项目必须在以下两点间找到平衡：

- ◆ 随着人们使用重型设备，某些地区形成了大规模旅游工业化旅游（5个相互连接的滑雪场、15个滑雪缆车等），跨境交通也得到了加强（比如1965年投入运营的连接法国和意大利的勃朗峰隧道）。这一系列变化导致谷底出现人工干预、过度城市化及过度拥挤的现象，夏季每天有10万名游客，冬季每天有6至8万名游客，农牧业活动几乎消失，空气和水污染、废物倾倒等问题严重；
- ◆ 当务之急是保护环境，优先发展独一无二的体验式旅游，在保持社会经济稳定、经济收益共享和可持续发展的同时，协调保护野生自然环境。

资料来源：霞慕尼旅游局、霞慕尼向导公司、
高山救援宪兵团（PGHM）、奥弗涅-罗纳-阿尔卑斯大区、萨瓦勃朗峰。



优胜美地国家公园（美国）



优胜美地简介

- ◆ 优胜美地于1890年成为国家公园，当时还是完全原始的状态。面积3100平方公里，其中94.5%是受保护的野生区域，是最美的徒步旅行地之一；
- ◆ 是19世纪美国荒野生态哲学的标志；
- ◆ 谷底开发程度很低，除了几条天然小路，山体完全未开发。

关键数字

- ◆ 园区将总面积的5.5%，即350平方公里，专门用于大众旅游，在三座山谷的底部设有综合接待中心；
- ◆ 2900万美元经营预算，800名员工，1300名接待人员，1363间旅馆房间，1535个露营点位，可容纳9550名露营者（每人每年留宿的夜晚数量有限）；
- ◆ 每年接待350万至500万游客：夏季游客中，75%为本国人，25%为外国人；冬季游客中，本国人占91%，外国人占9%。
- ◆ 驾车进入公园，每车35美元（无论乘客人数多少），七天内可多次出入；步行或骑马进园，门票15美元，全年汽车通行套票70美元，62岁以上老人可购买终身汽车通行套票80美元；
- ◆ 园区将80%的财政资金重新投入到管理、保护和活动中；
- ◆ 在公园管理方面，在各协会的合作及捐助者的支持之下，国家公园管理局推出各种项目，比如初级护林员培训，提高公众对自然遗产的关注度，进行环境教育，提高公众尤其是年轻人的责任心。

徒步历史

早在当今流行的步道成形之前，美国印第安人、米沃克人和派尤特人就已经利用优胜美地和内华达山脉的小路出行。这些小径最早旅游用途可以追溯到19世纪。当时投资者就开始以盈利为目的修建步道，比如自然学家约翰·缪尔这样的荒野先驱，他成功将该地区置于国家保护之下，使其成为一项非商业的共同财产，供人们发现和保护。约翰·缪尔步道已成为徒步步道的传奇。

徒步活动关键数字

- ◆ 1350公里的荒野步道、32公里的谷底绿道；

←徒步道入口处的指示牌上写着：“徒步者自担风险”。



- ◆ 93%的夏季游客为观光而来，54%为单日徒步而来；66%的人使用步道；59%的人认为步道在公园提供的服务中极其重要，31%的人认为非常重要。调查显示，游客首先关注步道的服务质量是否优质；
- ◆ 84%的冬季游客为观光而来，35%为单日徒步而来；
- ◆ 绝大多数人独自徒步；
- ◆ 每年有50000至72000名徒步旅行者在荒野中过夜（至少一晚）；
- ◆ 每年开展200至300次救援行动；
- ◆ 针对为期数天的团体徒步，向导每日酬劳为250美元。8小时10人出游价格是550美元，独自出行是200美元；
- ◆ 约翰·缪尔步道六天徒步的价格是1500美元/人。

徒步组织

有关部门出台的规定愈发严格，荒野可以向公众开放，但同时要保证高质量的野外环境：

- ◆ 白天：所有步道免费开放，但条件是禁止吸烟、禁止生火、禁止乱扔垃圾、禁止带狗、禁止飞行无人机、禁止露营、禁止打扰或喂养野生动物、禁止打猎、禁止在步道外行走等。人类粪便应埋入地下20厘米深，且距离步道、露营地和饮水点300米外。禁止将食物存放在营地的帐篷或停车场的汽车里（每年有15至40起熊拆车事件的记录，违者将面临5000美元罚款，并被逐出公园）；
- ◆ 为期数日的徒步：必须持荒野证，费用为10美元。每个步道口每天限报25人（含导游）。徒步团体不能超过15人，越野跑团体不能超过8

人。每个步道口每天的限额在预订时确认，其余限额由抽签决定，通过抽签的方式民主选出幸运者。经过在线实时培训后，收件人会以电子邮件的方式收到许可证。此举可以确保他们熟练掌握当地的监管条件；

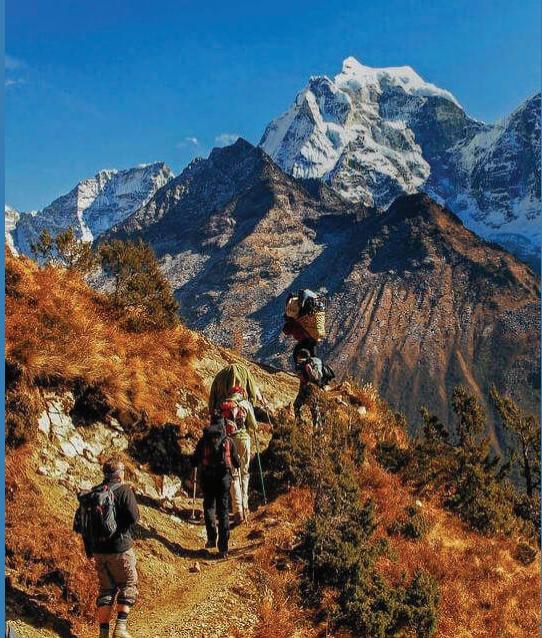
- ◆ 所有徒步者必须遵守以下规则：必须用防熊容器携带食物，露营点由公园指定，帐篷和露营点需在距游客中心6.5公里以外、距步道和饮水点30米以外的地方，每人每年最多可住30晚。攀登半穹顶需要特别许可，在检查申请者的经验水平后方可发放许可。约翰·缪尔步道路线艰苦而漫长，是唯一有前进设施的登山项目。

全世界关注的步道项目

- ◆ 持续在保护自然和接待公众之间寻找平衡；
- ◆ 全球气候变暖的影响：
 - ✓ 公园北部的冰川正处于消失的边缘；
 - ✓ 在植被干燥、湿度低、暴风雨频繁、旅游人口多等因素的共同作用下，夏季山火频发。2019年秋天，有近200名徒步旅行者被火势困住，不得不撤离。

（资料来源：优山美地国家公园游客研究2009年夏季来自爱达荷大学；

优山美地国家公园游客研究—2008年冬季来自爱达荷大学；美国国家公园管理局荒野法规）



萨迦玛塔国家公园（尼泊尔）

萨迦玛塔国家公园简介

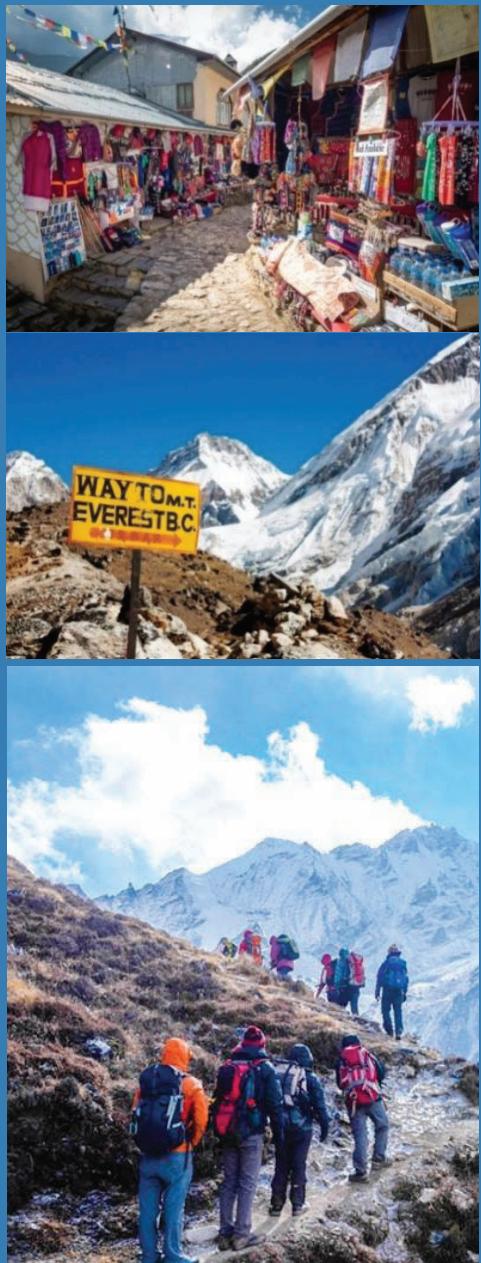
- ◆ 公园面积为1148平方公里，位于喜马拉雅山脉的中心地带，珠穆朗玛峰是世界最高峰；
- ◆ 公园海拔在2845米和珠峰山顶所在的8848米之间变化；
- ◆ 当地有20个村落，共6000多居民，以夏尔巴人为主，他们以农牧业和旅业为生，延续着他们的传统习俗；
- ◆ 此地为山地，唯一的交通路线是当地居民长期使用和维护的密集的小型徒步网络，供人行走和牦牛驮运使用；
- ◆ 世界级长距离徒步旅游目的地。

该地区的徒步旅行历史

- ◆ 1953年，包括攀登珠峰的团队在内的第一批高峰探险队开启了尼泊尔山地旅游的大门。20世纪60年代加德满都成立了第一批徒步旅行社。徒步旅游的强劲增长为喜马拉雅山区的农民提供了新的就业机会，例如搬运、导游、住宿、餐饮和其他服务。但同时，旅游业的发展也损害了该地区的环境和文化传统，比如能源需求增加、砍伐森林、废物处理问题、非法步道开发等；
- ◆ 为了更好地促进徒步旅游，同时控制环境压力并加强对该地的保护，有关部门于1976年将珠峰地区开辟成萨迦玛塔国家公园。

徒步活动关键数字

- ◆ 公园开辟出至少25条主要徒步路线；
- ◆ 2001年接待3350名徒步者，2010年9000名，2017年和2019年均为30000名；
- ◆ 游客全部来自国外，无本地人；
- ◆ 徒步向导的日薪视旅行社、工作类型（团体或个人）和使用的语言而定。法语向导的日薪从40到80美元不等，英语向导的价格从20到45美元不等。最低约为每天15美元。



公园和步道组织

- ◆ 萨迦玛塔国家公园由国家公园和野生动物保护部下辖的萨迦玛塔国家公园管理局与当地社区、尼泊尔军队、萨迦玛塔非政府污染控制委员会（SNPC）合作管理。SNPC作为一个咨询委员会，由当地领导人、村里德高望重的长者、喇嘛领队等组成，也受到外国合作机构的帮助；
- ◆ 政府为公园的管理提供经常性预算，并将公园收入的50%交给当地社区；
- ◆ 不论是旅游社客户还是自由行徒步者，都可以进入公园。所有徒步旅行者必须持有TIMS（徒步旅游者信息管理系统）通行证（费用为10至20美元），并购买保护区的进入许可证（前4周20美元/人，每多一周增加25美元）；
- ◆ 根据规定，徒步者禁止采集和伤害动植物，禁止使用山地自行车和摩托车，需尊重当地文化和宗教，禁止在指定区域外露营，燃料须自给自足，禁止抛弃废弃物等。

全世界关注的徒步项目

- ◆ 根据2016-2020年管理计划，公园打算加强对徒步者和登山者行为的监管，进一步对破坏景点、非法采集木材、乱扔垃圾等行为进行预防，同时禁止使用直升机，并防止步道和脆弱的山体出现人流过度拥挤的情况；
- ◆ 当地还面临气候变化这一严峻问题，例如当地降雪量减少，季风雨变化更加无常，极端事件增多，人们面临更多自然风险。因此，珠穆朗玛峰地区一直是近期冰川未来的物理科学的研究重点。“季节在变，这里的一切也都在变”，一位来自庞波切村的夏尔巴村民说道（国际人文社会学杂志2019年研究：ethnographic.org）。他的这句话告诉我们，除气候外，这个地区正经历着环境、经济、社会和文化等多方面的深刻动荡，导致其变化的一个因素便是徒步；
- ◆ 在新冠疫情的冲击下，公园几乎完全停止了徒步活动，因此后疫情时代的任务便是恢复徒步旅行。

（资料来源：尼泊尔登山协会；尼泊尔旅游局）



乞力马扎罗国家公园（坦桑尼亚）



乞力马扎罗国家公园简介

- ◆ 公园于1973年起建设，拥有1688平方公里的保护区，1977年向游客开放；
- ◆ 乞力马扎罗山海拔5895米，不仅是非洲大陆最高的山峰，还是一座火山；
- ◆ 这里有茂盛的热带草原，物种丰富，甚至生存着一些濒危物种；
- ◆ 作为世界知名的徒步及游猎目的地，乞力马扎罗国家公园也提供其他体验项目，如山地自行车、攀岩、火山口露营、瀑布和文化遗址参观等。

徒步历史

马赛人自古以来就在乞力马扎罗山坡上行走。从14世纪开始，非洲中心地带有一座“白山”的故事引起了许多英德探险家、地理学家和自然学家的兴趣，他们踏上了挑战乞力马扎罗山的征途，并最终在1889年登上山顶。20世纪80年代，到乞力马扎罗旅游的游客数量明显增加。

徒步活动的关键数字

- ◆ 乞力马扎罗山拥有7条不同级别的攀登小路，40到45公里的高海拔徒步需要6到10天；
- ◆ 公园带来的徒步经济养活了10000名搬运工、500名厨师和400名导游；公园每年接待5万至6万名游客，其中攀登乞力马扎罗山的游客人数为2.5万至3万人，这个数字比20年前少了一倍；
- ◆ 游客全是外国人，没有本地人；
- ◆ 该公园及其开展的徒步等活动每年为坦桑尼亚带来5000万美元的收入，其中1300万美元据称用于当地农村社区的建设投资。

在公园内的徒步组织

- ◆ 费用为140美元/天/人，包括门票（70美元）和徒步许可证、住宿税和露营税、当地地面救援保险等；
- ◆ 按照规定，徒步者必须在专业团队的陪伴下进行徒步，专业团队由导游、厨师和搬运工组成；
- ◆ 途中有庇护所（高山小屋）、露营区和旅馆；



- ◆ 根据当地商业机构数据，乞力马扎罗六天徒步之旅的价格为1800至6000美元每人(具体价格视旅行社而定)，且公园内禁止徒步自由行；
- ◆ 搬运工的日薪低于10美元，向导、厨师和其他辅助职业的日薪略高一点。根据当地惯例，徒步者直接向徒步向导支付徒步价格的10%或15%的小费，由徒步向导自行分配；
- ◆ 实施救援时，可以在公园服务部门的协助下，由徒步旅行机构进行地面救援（攀登许可证包括这项服务），也可以用直升机进行救援。一些私人公司可以提供空中撤离服务，如乞力马扎罗搜救公司，但最近政府要求乞力马扎罗国家公园管理局和坦桑尼亚国家公园管理局购置直升机，方便救火，同时便于开展游客救援。除非受困者事先提供的保险证明包含救援服务，否则撤离的费用（3000至5000美元不等）由其本人承担。

全世界关注的徒步项目

徒步旅游带来的巨额收益应以更公平的方式实现再分配，因为当地部分社区非常贫穷。公园也应该加强环境管理，以便能游刃有余地面对固体废物收集、各类污染（尤其是营地和居住区周边的污染）、生态系统保护、游客数量控制及生态基础设施等方面带来的挑战，迎接顾客到来。

公园还可以提高专业人员的资质，避免发生事故，尤其是高海拔事故。有时登山计划没有给登山者留出适应环境所需的时间，尽管会增加人流量，但不利于游客安全。

2020年10月，坦桑尼亚全国性报纸《公民报》刊登了一则题为《乞力马扎罗山着火了！》的头条新闻。该报道称由于登山者的粗心大意，山坡上发生了一场大火。乞力马扎罗山被开辟为自然保护区之前，就出现了由于气候变暖导致的土壤越来越干燥，植被越来越干枯等现象。1889年，探险者首次登上乞力马扎罗山时，冰盖面积达12平方公里，到了今天冰盖的面积已经缩小到只有2平方公里，10年内冰盖将会消失。当地人靠这座神山的冰盖融水生活，他们对生态及当地社区之间未来的平衡忧心忡忡。

（资料来源：世界银行；坦桑尼亚大学2015年旅游硕士研究；
国际登山协会联盟UIAA）2017年报告；
世界银行、非洲旅游业、利用旅游业促进增长和改善生计，2014年）

目的地管理模式差异

各国文化差异也影响着将徒步和散步作为核心出游项目的高自然价值保护区的管理措施，例如设施管理、接近自然管理、规章制度管理等。



巴西和阿根廷之间的伊瓜苏国家公园

这里是一处位于原始森林中的绝美景点。公园用普通的步道将游客引导至瀑布，而游客也只能通过此步道前往观景。游客可以乘坐大功率的摩托艇从河边驶近瀑布，这种方式吸引大量游客乘坐体验。园区内的设置和运营如同游乐园。入场费：35美元/人/次。



美国犹他州布莱斯峡谷国家公园

公园周边开辟了一条全景路，并配备有接待设施。公园内除了十余条长短不一、难易不等的天然土路网络外，没有其他任何设施。游客可以到此参与攀岩、越野滑雪和冬季踏雪等活动。门票：35美元/车（最多15人，7日内可多次进出）。在安全和环保的前提下，可以免费开展各项活动。

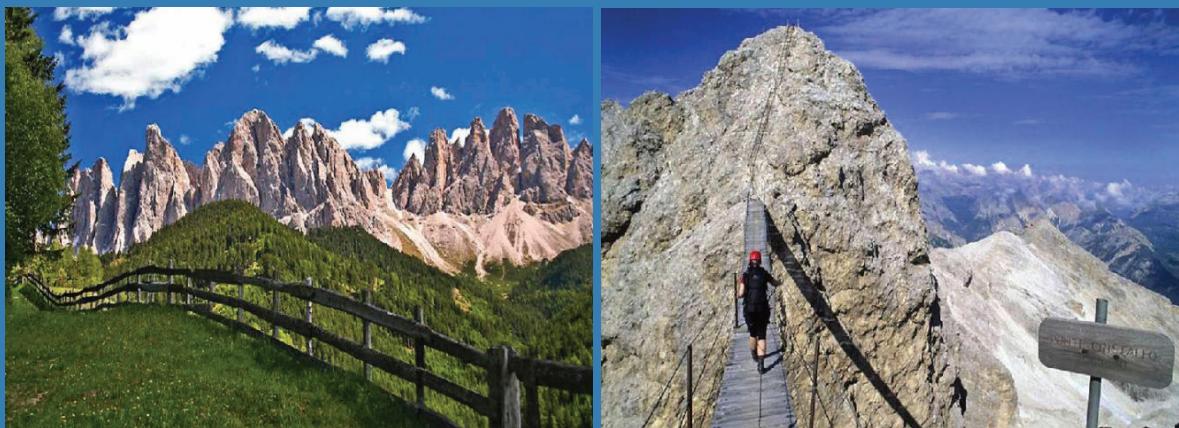




意大利贝卢诺多洛米蒂国家公园

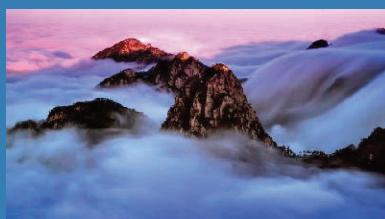
公路通到高山牧场的脚下，这里有若干条道路和天然步道。园区内分布着几个高山小屋，为徒步爱好者提供餐饮和住宿。

游客可以在公园内可以进行各种免费户外活动，如高山徒步、攀岩、登山、滑翔伞、翼装飞行、皮划艇、冬季越野等，但需遵守公园规则，高山小屋等服务项目为付费项目。公园未在受保护的山体上设立任何重型设施。尽管到此游玩的游客很多，但很分散，总体来说较环保。



这些自然现象促成了景点及其徒步活动的产生

由于地理位置、地形、当地气候等原因，步道和景点与自然现象相得益彰，这些自然现象会在特定的时间出现，给徒步旅行带来不可估量的价值。比如瑞典阿比斯库宽阔空地上的极光、中国安徽黄山的云海、中国云南漾濞县狭长峡谷轴线上的日落、法国阿尔卑斯山坡上布罗肯奇景、中国贵州格凸河洞穴中阳光投射出的光柱、冰岛斯科加瀑布上的彩虹。





©摄影/pixabay.com: 阿尔卑斯山麓的徒步小道 (瑞士)

6.2

打造区域级旅游吸引力



景观的多样性、受到重视和保护的自然遗产、当地传统的活力、历史或文化遗产、热情好客的气氛等，都是各个地区可以加以利用并打造出吸引力的资产。

以徒步活动为载体开发这些优势，游客能够以自己的节奏在当地游玩，发现其丰富之处，他们可以偶遇当地居民，在农场餐叙，品尝当地特产，他们可以感受到工艺品的魅力，体验户外露营等。通过徒步项目，一个地区可以从多种角度将自己呈现给游客。

游客可以是本地的和本区域的，但如果旅游产品质量上乘，可以将当地文化精髓发扬光大，那么这样的产品将吸引全国甚至全世界的游客。

照片：

法国普罗旺斯薰衣草田、瑞士阿姆里斯维尔-比绍夫斯采尔城堡、意大利托斯卡纳、加拿大落基山脉、希腊迈泰奥拉修道院、法国埃特尔塔象鼻山

区域级旅游目的地的徒步旅行的地位和组织示例



京那巴鲁山国家公园

(马来西亚婆罗洲)



京那巴鲁山国家公园简介

- ◆ 公园作为保护区，占地75370公顷，是一个世界级的生物园区；
- ◆ 这里有东南亚第一高峰——京那巴鲁山，最高海拔4095米；
- ◆ 京那巴鲁山的主要游览项目是高山攀登，但森林和花圃中的其他徒步产品也为该公园成功发展旅游做出了贡献；
- ◆ 2019年公园共接待74.9万名游客，其中三分之二是马来西亚人，三分之一是外国人。马来西亚共有6个国家公园，京那巴鲁的游客数量占国家公园总游客量的44%，远远领先于其他公园。

京那巴鲁旅游业成功的手段

- ◆ 自然旅游和生态旅游作为旅游细分市场，真蓬勃发展，丰富的生物多样性为这类旅游提供了巨大的潜力；
- ◆ 京那巴鲁公园的自然资源不仅吸引了众多的户外运动爱好者（徒步者、登山者等），也吸引了同样数量的家庭出游者（在森林、树冠穿越）、自然主义者、植物爱好者、鸟类学家、摄影爱好者等。几乎每个人都把徒步纳入行程。



徒步的历史

1851年，英国植物学家休·洛和动物学家怀特海到达婆罗洲。在约40名当地向导和搬运工的陪同下，他们探索出一条穿越公园，通往京那巴鲁山顶花岗岩台地的山地小路。

徒步活动关键数字

- ◆ 每年有4至5万名徒步者尝试京那巴鲁山顶步道，这条步道正高程差2200米，徒步往返18公里，需花费2天1夜；
- ◆ 京那巴鲁公园推出了一条由向导带领徒步的铁道攀登路线（每天350美元）。针对运动量较小的游客，还有9条徒步时长从20分钟到3小时不等带路标并受维护的步道。

徒步活动的组织

- ◆ 沙巴公园信托局是该公园的所有者和管理者；
- ◆ 每个徒步团队攀登京那巴鲁山时都必须配备一名向导；
- ◆ 攀登费用约为250至300美元/人，公园门票、攀登许可证、向导服务、高山小屋住宿等费用包括在内；
- ◆ 自2020年起，出于保护园区的需要，京那巴鲁公园将步道的徒步人数上限从135人/天减少到100人/天。按照登山的过夜住宿容量，这个数字在2015年约为190名登山者/天；
- ◆ 向导要对客户的安全负责。如果发生重伤，向导应向山难搜救支援队（MOSAR）报告。由此产生的费用由客户支付。



受世界瞩目的徒步项目

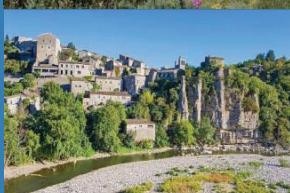
气候变化、自然环境遭到严重破坏、公园内森林火灾频发以及游客进园需求增加等问题使得园区内环境越来越脆弱。由于公园知名度很高，所以其主要挑战不再是旅游和经济发展，而是保护脆弱的生态系统以及增强公众的环境意识。下面两项行动可以证明这一点：

- ◆ 入园有限制，京巴那鲁山步道每天仍接待100名徒步者；
- ◆ 位于京那巴鲁山顶的神山攀登比赛步道创建于1984年，在此举办的著名山地赛是该地旅游推广的一大王牌，但由于生态原因，于2017年永久停办。



阿尔代什省（法国）

“户外运动圣地”



阿尔代什简介

- ◆ 这是法国农村地区的王牌目的地，接待近250万游客和1400万过夜旅游（2019年数据）；
- ◆ 总面积5530平方公里，辖38个保护区，包括一个国家公园；这里有峡谷、河流、悬崖、森林等丰富的自然和文化遗产，这里还有闻名遐迩的肖维岩洞，有着距今3万年岩石雕刻，以及许多原汁原味的中世纪村庄；这里的地中海气候适宜发展四季旅游；
- ◆ 这里以拥有各类型各级别户外运动和休闲活动为著称；
- ◆ 这里每年举办360场体育赛事（据2019年统计），其中2/3是田径赛事，包括徒步、跑步、越野、拉力赛、铁人三项、骑行跑步两项等多类比赛。

阿尔代什旅游业的成功原因

- ◆ 这里拥有丰富的户外运动和高质量的旅游项目。该地在20多年间实施了一系列强有力的政策，如今包括徒步道在内的户外运动现在已经成为该省的展示窗口和独特印记；
- ◆ 阿尔代什成功地保护和利用了其丰富的遗产。当地政府努力保持自然、文化、艺术、技术、宗教等遗产的多样性，让遗产焕发光彩，同时提高接待质量和服务水平。

徒步活动关键数字

- ◆ 这里有12000公里带路标的步道（按省的行政规模计算，是全国徒步路线最密集的地方）；
- ◆ 这里有40公里长、配有专门路标的越野跑路线；
- ◆ 这里有200公里长、贯穿全省的绿道（Viarhona和DolceVia）；
- ◆ 据统计，2019年该省的31个徒步俱乐部拥有17000名成员和志愿者。当地90%的徒步者为自由行，由于他们不依托任何组织，这部分人难以统计，因此当地徒步者的实际数字要高得多；

- ◆ 50%的游客表示在阿尔代什旅游期间进行了包括徒步在内的户外运动。三分之一的游客因为徒步选择在阿尔代什停留。徒步游客为当地带来约为1.1亿欧元的收入。平均每位徒步者在徒步期间的花费为22欧元/天（不含旅行和住宿）。当地社区也从中受益，比如瓦隆蓬达尔克：该地拥有2500名居民，旺季时，来自欧洲各地的度假游客使该地区人口增加14倍。



徒步活动的组织

- ◆ 徒步步道网络全部向公众免费开放；
- ◆ 为了对步道进行维护，阿尔代什创造了一套新的步道维护体系。由于各市镇都有一支由刚进入社会的当地青年及一名专业人士（其负责指导）组成的“绿色小队”，各个市镇可以动员这支小队参与步道维护。这些小队隶属于由当地公司和协会组成的社会公益组织，其使命是通过经济活动帮助青年实现从校园到社会的过渡。得益于其中一项合作，一名监狱的服刑人员也参与了步道维护，作为其参与的一项公益劳动。与此同时，在不需要大量材料的维护工作中，例如漆刷、人工灌木清理等，我们也看到了徒步俱乐部和志愿者的身影；
- ◆ 该省向徒步协会提供补助，并出资购买标识设施（例如步道入口处的信息板）。

受世界瞩目的徒步项目

阿尔代什的徒步路线，不仅仅是探索和旅游，而且还是鼓励日常低碳出行的整体计划的一部分。原本主要位于乡村的步道，如今与城市环境的联系越来越密切。在阿尔代什，居民利用步道步行或骑车去村里购物、上学、上班等。鼓励居民低碳出行，不仅可以减少二氧化碳(CO₂)的排放，降低出行对环境的影响，还可以减少久坐和肥胖，有利于民众的健康和幸福。

制定有利于徒步发展的本地政策是阿尔代什体育、旅游、经济、环境和卫生领域协同发展的整体项目的一部分。（资料来源：阿尔代什旅游发展署）



阿尔萨斯大区（法国）“温柔的漫游之地”

阿尔萨斯简介

- ◆ 乡村和葡萄园在这片8280平方公里的土地上延伸，这里布满了鲜花盛开的传统村庄和中世纪的城堡，孚日山脉平缓起伏，森林绵延，小路纵横交错；
- ◆ 这个地区有着强烈的历史遗产；
- ◆ 这里凭着独特的技术，出品了精美的土特产、美食、手工艺品等；
- ◆ 这里是3000万人口居住的广阔的盆地，3小时内可达盆地内各处；
- ◆ 这里有23个保护区和自然公园；
- ◆ 这里每年接待2300万访客，1500万游客；

阿尔萨斯旅游业的成功手段

- ◆ 这里毗邻德国和瑞士，河流（莱茵河）和山脉（孚日河）之间遍布着引人入胜的景点，这些都为这里带



- ◆ 来了强烈的认同感；
- ◆ 这里拥有多样化的景观，人们可以在这里看到平原、沼泽、森林、种植葡萄的山麓、山谷、山脊和牧场，甚至可以看到海拔1424米的高山牧场；
- ◆ 这里不仅有受保护的自然遗产，还有全法国和国际公认的建筑和文化遗产；
- ◆ 这里还能体验包括众多圣诞集市和节日在内的大型旅游活动；
- ◆ 这里不仅有美味的食品，还有优质的生产工艺（葡萄酒、啤酒等）。

阿尔萨斯徒步旅行的历史

在徒步活动历史上，这里的两个公益协会曾留下印记，且至今仍是当地徒步活动发展和推广的中流砥柱，其主要负责步道网络的研究、发展、标记，并自发维护步道：

- ◆ 孚日俱乐部成立于1872年（当时阿尔萨斯还属于德国）；
- ◆ 自然之友俱乐部于1895年诞生于奥地利，20世纪初在阿尔萨斯发展。

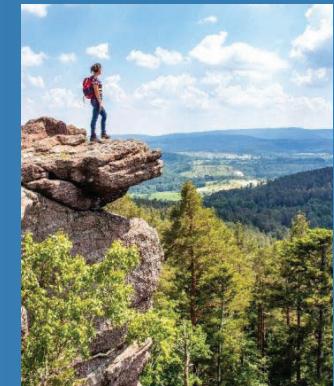
徒步活动关键数字

- ◆ 这里有着超过17000公里的设置有指示牌的徒步步道和小径；
- ◆ 徒步是一项备受游客喜爱的活动。46%的人在户外、森林里散步，29%的人进行半日或更长时间的徒步；
- ◆ 这是一项深受当地居民喜爱的运动。徒步爱好者的实际人数很多，很难量化，因为大多数人是在没有任何组织和指导的情况下进行徒步的。该地区共设有135个徒步机构，以俱乐部和协会为主。

徒步活动的组织

- ◆ 步道网络全部向公众免费开放，只有猴山动物园（parc animalier de la Montagne des singes）等主题景点是收费的；
- ◆ 步道的维护工作由各俱乐部的志愿者及地方政府根据年度协议提供的财政援助承担。市镇部门可以参与步道的创建和维护以及长椅、凉亭等的设施的布置；
- ◆ 与葡萄种植相关的漫步及路线大受欢迎，游客可以探索葡萄园、观察葡萄种植者及其产品和村庄。效益是实实在在的，但难以量化；
- ◆ 法国（GR）和欧洲（E-Path）的跨区域长步道横穿阿尔萨斯和孚日地区，非常受巡回徒步者的欢迎。

（来源：阿尔萨斯旅游发展署-ADT；大东部大区旅游局2019年主要数据；2016年和2018年区域旅游观察站；《阿尔萨斯户外运动》深入区域诊断。）



针对喀斯特景观的建议：建设“空中走廊”

在亚洲许多地区都可以欣赏到这种景观。仅中国的贵州省和广西省就拥有绵延不绝的喀斯特景观，而且这两个省的面积之和超过了法国的国土面积。有些景点还是国家级和世界级景点。



照片：中国贵州



照片：中国贵州



照片：中国广西

此外，还有其他区域级或地方级景点。这样的一个地方如果想打造一条别出心裁的旅游步道，可以用连续的空中走廊将几座喀斯特山峰连接起来，创造出一种独特的徒步产品。除走廊的锚定区外，整个布置对自然的影响不大。空中走廊可以成为一个引人入胜的徒步景点，并推动本地开发区域级或本地级吸引力的旅游目的地。

世界上许多步道都设有跨峡谷的天桥。其中最长的有500多米长。



贵州兴义建议项目（2017年）



空中走廊



©IMTA: 贵州省绥阳县十二背后徒步洞穴勘探



6.3

打造本地级旅游吸引力



本章所描述的本地级的吸引力指的是普通目的地的吸引力，即这类目的地初看之下，缺乏足够吸引力，无法打造出吸引游客和徒步者的旅游产品。比如森林、牧场或普普通通的乡野农田就是这类景点，它们的景色较为平庸。

即便如此，我们同样应该重视当地居民使用的休闲步道，它们也有开发旅游和体育活动的基础。

从旅游层面来说，要发掘一个地方的魅力，翻修村落传统建筑、推广手工艺和土特产、提高接待品质、丰富包括徒步在内的各种休闲活动是必不可少的。这类景点的目标游客应该为当地居民和区域内及邻近地区的居民。

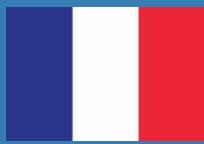
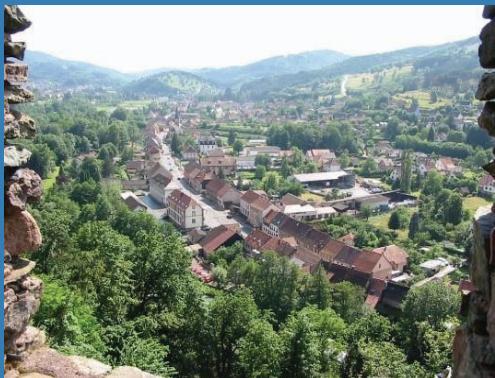
创新旅游产品设计可以让景点充满差异性，即使没有风景也能增加徒步项目的吸引力。因为徒步的方式有无数种。

这些旅游地平凡无奇，却拥有顶级旅游目的地几乎没有的优势：禁区少、自由空间多、可以露营、可以生篝火、可以融入大自然等。

照片：

西班牙乡间小路、乌克兰乡村、乌克兰乡村、瑞典乡间小路、越南枚州、德国森林小径、摩洛哥沙漠之乡。

不适宜发展旅游业区域成功逆袭的示例



法国布鲁什山谷



布鲁什山谷简介

- ◆ 这是一座位于孚日山脉和阿尔萨斯平原之间的绿色森林山谷，26个市镇坐落于此；
- ◆ 过去，金属加工、纺织、锯木、采石等这个地区的支柱产业，工业化程度很高。如今，众多的工业废墟依然见证着这段沉重的、难以与旅游业共生的历史；
- ◆ 这里曾是一战（1914-1918）的战略区域，法德两国曾在此鏖战；
- ◆ 随着农业活动的衰落，曾经的农业空间让位于森林；
- ◆ 这里交通便利，公路、机场（30分钟）、铁路通达，可实现无车旅游；
- ◆ 30年来，作为自然、历史和康养旅游的目的地，该地吸引着来自该大区主要城市的游客以及德国、瑞士、卢森堡、比利时等周边国家的游客到此一日游或度过周末；
- ◆ 该地为游客提供 2500 个付费旅游床位，其中，高山小屋占 32%、酒店占 26%、度假中心占 14%、出租屋占 11%、露营占 10%、民宿和度假农场占 7%。同样，这里也拥有众多的度假别墅；
- ◆ 该山谷位于 450 公里长的步道网络的中心，当地一些极其活跃的徒步俱乐部，如孚日俱乐部、自然之友俱乐部等，与法国步行远足联合会合作，为这些步道树立标牌并对步道进行维护；
- ◆ 当地作为旅游发展高地，是实施创新和体验式项目的成功范例。

当地旅游业成功发展的手段

布鲁什山谷没有高耸入云的勃朗峰，也没有埃菲尔铁塔这样旅游建筑。不过，这里有众多贯穿本地历史的遗产，如记忆遗址、宗教建筑、建筑遗址、工业遗迹、民间艺术和当代艺术等，布鲁什山谷通过推广这种规模虽小却简单动人的遗迹实现了旅游业的稳定盈利。布鲁什山谷不仅将本地特有的手工艺、传统行业和美食保留了下来，还让它们重新焕发了活力。徒步已成为当地主要的旅游方式。



布鲁什山谷的发展措施包括

- ◆ 基于布鲁什山谷的市镇通力合作，按照区域紧密组织这一理念创建旅游局，并与当地颇有成绩负责投资的旅行社合作；
- ◆ 经过三十年的市际旅游合作，该区域最近与两家专业公司开展合作，寻求专业支持。这两家专业公司客观地分析了该旅游目的地在品类、定位和组织方面的优劣势，在此基础上，该区域重新确定了长期目标；
- ◆ 大面积的生活集聚区与周边的大城镇相邻；
- ◆ 创建免费的德法双语网站，功能强大、信息丰富；
- ◆ 培育让社区参与到旅游业发展和盈利中来的意愿，激发加强本地认同感、归属感和自豪感的理念。围绕旅游局这一中心，当地相关部门和民众肩负接待的重任；
- ◆ 根据游客的期望，对活动和住宿进行持续改进；
- ◆ 当地的战略目标是通过发展这方面的服务，将山谷变成徒步旅行的绝佳目的地。

谷内旅游部门自设的2028年目标

- ◆ 持续打造一个适合个人体验式旅游的目的地品牌；
- ◆ 从“组织旅游活动”的区域变为被完全认可的“旅游目的地”；
- ◆ 通过增加至少停留一晚的游客数量（开支为141欧元/人/天，而过路游客的花费为66欧元/天），把“户外游”目的地发展成“短期旅游”目的地；
- ◆ 立足当地市场，不断提高旅游项目的适宜性；始终致力于减少环境影响和增加经济效益；
- ◆ 组织更多更大规模的活动。

目标客群

- ◆ 首要客群是年龄60岁以上的老年徒步者，他们喜欢思考且很活跃，夫妻二人或与三五好友一同出行，新近退休，中等社会职业类别，预算较低。针对这一人群的市场营销研究表明：他们关注步道、景观以及性价比；他们担心步道维护不足、天气不好、服务价格过高。
- ◆ 次要客群是比利时老年人和家庭出游者，他们可能为户外游以外的其他原因而来，但乐意在停留期间体验户外游。
- ◆ 2028年远景战略的关键词是“提高客户粘性”、“年轻化”及“征服新的路段”。

户外活动

“徒步爱好者、运动人士、冥想者或穿短裤的步行者，不论是喜欢独行还是喜欢三五成群出行的朋友们，这个网站不容错过！这里可以查询环游或漫游的徒步路线、查询实用信息、发现遗产之路、选择选择物美价廉的项目……”——门户网站www.rando-bruche.fr 的口号。

几十条户外路线供您选择，家庭游可以选择时长为两小时的路线，休闲游可以选择两小时至四小时的路线，深度游的时长可以为四小时以上。许多步道都是围绕主题设计的，选择多种多样。

- ◆ 自然类：森林乐趣之路、全景之路、植物之路、果园之路、垂钓者钟爱的布鲁什河沿岸之路；
- ◆ 趣味类：解说之路、教育之路、雕塑之路、传说之路；
- ◆ 历史类：中世纪城堡废墟之路、约翰·弗雷德里希·欧柏（18世纪该区域的著名新教牧师）之路、一战碉堡之路、二战纳粹进攻前夕的逃亡之路。



布鲁什的强大优势在于，它善于利用创意漫步和徒步进行主题设计，提高那些细微的、不起眼的宝贵遗产的价值。这种步行旅游的独创性和长久性，主要得益于居民三十多年来的高度参与，才能打造这种独创且长久的徒步旅游的。

2020年6月，在新冠疫情肆虐全球之际，山谷居民与当地旅游部门共同拍摄了一条引人入胜的一分钟宣传片，并在媒体上播放，而且打出两个口号：“valleedelabruche.fr：我们生来好客”和“近在咫尺-准备就绪”，这标志着当地对徒步活动和本地旅游的重视达到前所未有的高度。

布鲁什之所以有待探索，还因为那里有追求创新的步道开发项目。

(资料来源：www.valleedelabruche.fr、www.rando-bruche.fr、旅游策略)



©Pete Linforth供图/Pixabay: 乡间小路 (英国)



©摄影/高宁 (Serge Koenig)：穿越康定地区山间道路上的碎石峡谷（中国，2016年）。

6.4

环境退化



过去建设的那些矿山、采石场和其他工业区，往往缺少对后开采时代的规划。放弃开采或资源枯竭后，这些地方只留下满目疮痍，有时甚至会威胁人类、动物和植物生存。

由此便产生了废弃工业场所的再开发问题。我们必须严谨地思考这一问题，利用再开发去重建环境，去发展因工业活动终止导致停滞不前的社会经济。

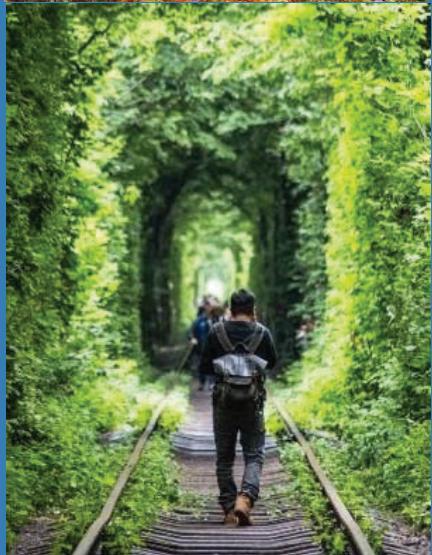
某些场所可以打造成可以开展漫步和徒步活动的旅游景点或户外休闲中心。

从微观角度看，以徒步活动为例，一条步道所处的环境可能会因自然界里的“野生”垃圾场或者因堆满枯枝落叶而受到破坏，或者遭到人为和/或自然侵蚀破坏。

照片：

美国犹他州宾汉峡谷铜矿、德国加茨韦勒褐煤矿、玻利维亚火车墓地、法国塔恩省卡尔莫煤矿遗址。

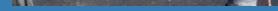
步道实例：漫步在改造后的工业遗址



曾经的工业铁路开辟出美轮美奂的绿道 (乌克兰)

经过大自然这位设计师的鬼斧神工后，即便是工业遗址也能产生一种叫人着迷的美。乌克兰克列巴尼的这条铁路就是如此。如今它已摇身一变，成为一条植物隧道，真正地变成了漫步者和徒步者眼中一条全球知名的浪漫朝圣路线。这条路线无需额外的人为维护，火车零零星星地缓缓驶过就能维护和清理这条路线。

这条名为“爱情隧道”的路线全长四公里，是乌克兰徒步旅游的必不可少的打卡之地。这条线路全年免费开放。



卡尔莫煤田改造项目中的漫步和户外活动（法国）

法国塔恩省有着一座欧洲最大的露天矿，名为“la Découverte”，其煤炭开采可追溯到12世纪，该煤矿于1997年关闭。由于当地失去了主要经济支柱，在法国政府的支持下，当地对煤矿遗址进行了改造，这一举动关系着当地的未来。必须改变该地区的形象，从古老的单一产业转向其他产业。于是当地针对这一矿区推出“运动和休闲”、“记忆”之极、“音乐和节日”以及“生态”四大主题活动，以期产生经济、社会和文化效益。这个巨型项目于2003启动，挖方7000吨，吸引了6150万欧元投资。

也正因为此，经过重新造林与改造后，原本面积达1平方公里、深达300米的巨大伤痕变成了环绕火山口湖泊的生态旅游休闲公园。如今，巨大的钻机在园区内巍然耸立，这座公园已成为矿山时代的博物馆。楼房建筑修葺一新，专门用于举办音乐活动，这一切都发生在700公顷的土地上。这里还开辟出了一条36公里长，可骑车或步行游览的绿道，名为“矿工之路”。这就是Cap'Découverte公园，一个位于卡尔莫的“后矿山”时代的产品，作为旅游项目，它既适合探索，又能让人放松。

项目负责人通过与当地政府各部門的紧密合作，优化人流量，提高当地效益。公园每年接待13万人次，其中本地居民占16%，周边大城市居民占30%，其他省份游客占54%。公园

免费开放漫步和徒步项目，但滑旱雪、吊椅索道、脚踏船、缆绳滑水等其他活动需要付费，价格为2到15欧元不等。这个新的旅游项目创造了200个直接就业机会。在它的带动之下，多家公司成立或壮大，产生了1000个间接就业机会。

随着时间的洗涤和频繁使用，这些道路和步道已经退化

自然、人为或者二者共同作用都会导致步道及道路受损。那些受损最为严重的道路正是受诸多不利因素（例如陡坡、海拔、底层易碎、植被匮乏、频繁使用等）共同影响的路段。毗邻步道和道路的滑雪缆车、全景餐厅等旅游设施能增加步道流量，但同时也会增加步道损坏的风险。

过度使用步道必然导致步道形态退化，而形态退化又会产生植被破坏等其他环境问题。一方面，步行者反复通行造成人为损坏；另一方面，水流（包括集中径流、沟蚀）、雪蚀、冻融循环、风对山脊步道的作用力等因素则加速了自然损坏。除此之外，羊群/牛群的踩踏及山地自行车、骑马等户外运动者利用步道通行再度加剧步道损坏。平行小路、多条岔路、近道、被拓宽和受到冲蚀的步道正在出现。

从技术上恢复受损路段，必须要在迅速治理步道，恢复步道通行能力与开辟一条更合适的新路之间做出选择。可以根据地质、土壤或气候数据，选择不用的技术方案，比如，用缆绳引导游客沿着步道行进，限制游客随意踩踏；填平车辙；重新植草；疏导水流，避免自然损坏及尚未固定的植被的退化；根据土壤的性质或坡度，开辟新道；设置木栈道（因为能够更好地与景观融合，优于混凝土建筑）。不过，铺设的木板、沥青、柏油、水泥等的步道有着严重的人为痕迹，徒步者普遍将其比作游客专用的“高速公路”。

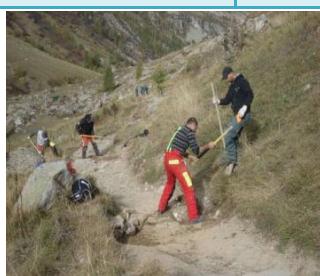
让游客和徒步旅行者关注步道的损坏情况，也是步道管理和修复人员需要考虑的一大重要方面。例如，利用“自然卫士”监控损坏情况最严重的地段，并引导步道使用者在标记的路径范围内活动。可利用步道的信号标识、滑雪缆车出口处的信息板、宣传折页和地形指南以及所有其他宣传媒介，让使用步道的人们明白相关规定，了解步道损坏的后果，最终规范步道使用者的行为。

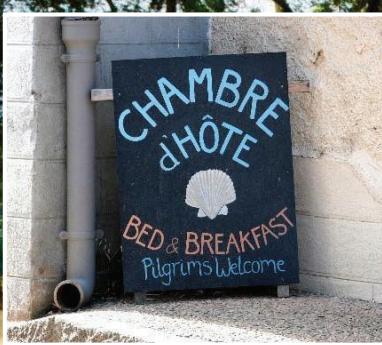
为了保证良好的行走条件，管理者需注意监测步道状态，定期维护和修复步道，保证雨水有效排放。向游客提供安全舒适的徒步活动，是旅游步道的一大亮点。



部分徒步路段的修复费用实例。（资料来源：2009年研究报告《法国桑西山徒步道的破坏及整治》）

场地位置和路段长度	在“GR30”步道上，一个叫Roc de Cuzeau的地方，长1040米	在“GR30”步道上，一个叫Puy de Cliergue的地方，长1039米	“GR30”的附属路段，在缆车和桑西山之间一个叫费朗山的地方，长100米
年份	2000年	2004年	2005年
成本	41000欧元	20000欧元	150000欧元
完成工程	改造老路，挖沟排水。开辟一条蜿蜒的新路。	填平车辙。铺设麻布，重新植草。开辟一条蜿蜒的新路。用钢缆引导	由于布满火山灰的排水沟向坡面和旧路倾斜。于是铺设麻布，重新植草，开辟新路，并用钢缆引导。





©摄影/Rosemarie：孔波斯特拉朝圣之旅的标志，该标志已成为步道标志、地区标志和商标（西班牙、法国）

6.5

从品牌步道到知名区域

步道是地区的一面镜子，带有地区的印记。同时，休闲和旅游步道也有助于丰富并传播地区特色，团结沿途的市镇并为其注入活力。

这是在自然条件优越的顶级目的地自发形成的效果。在大多数地区，要把步道建设成品牌，都需要深思熟虑。

下面讲述的是三条不同特色的步道及其组织推广的故事。

步道推广实例：融合自然、历史和农业



Sicoval步道（法国）

欢迎来到上加龙省图卢兹市峡谷。为协调城乡区域规划，共享城乡区域发展，当地的36个村镇组成了Sicoval村镇集合体，期望改善居民的生活条件。

在Sicoval村镇集合体开展的项目中，有一个重点项目，那便是与各市镇、协会和当地农民一起开发、维护和推广长达350公里的步道网络。这是一条散步和徒步步道环线，串联着36个村镇。不论是训练有素的运动人士或以家庭为单位的漫步爱好者，还是徒步者、山地自行车骑行者或骑马者，亦或者是历史、遗产探索爱好者或风景自然爱好者，都会在这里找到一条中意的路线。

根据其旅游战略，Sicoval对道路和步道进行了强有力的宣传。该地分为四个地理区域，以色彩为主题，通过纵横交错的道路体现其文化底蕴和特殊印记。

- ◆ “阿列日和山丘”区域，这里的绿色让人联想到靠着陡峭山坡的阿列日、悬崖和小山谷中的茂盛植被；
- ◆ 红色的图卢兹之路对应的是该区域及图卢兹郊区的Sicoval的城市核心，让人联想到粉砖以及与图卢兹的联系；
- ◆ 黄色的热风丘陵（Collines de l'Autan）让人联想到典型的劳拉盖农田景致，以及阵阵热风拂过麦田时勾勒出的山丘和山坡的轮廓。
- ◆ 彩蓝之路展示的是典型的劳拉盖农田，这一建筑和农村遗产是对粉彩画黄金时代的致敬。16世纪，该地区因向全欧洲出口这种染料植物而致富，这种植物是当地道路产生的根源之一，也是当地旅游业的一大王牌。



一年一度的“Randovale”活动，这是一个融合了体育、文化和节庆的日子，每次围绕不同的徒步主题，将居民和游客联系起来。去年，居民和游客穿越重建的考古遗址村庄，探寻该地区发展之初作为高卢人古都的遗迹。传说这些高卢人在公元前290年参与了对希腊德尔斐城的洗劫，并从中攫取了推动图卢兹繁荣发展的第一桶金。



幻想之路（法国）



阿尔代什省的卡尔拉代兹市镇投资开发了由6个成员村3100名居民共同设计的主题步道。民众的参与度很高，以至于当地决定将这些道路作为自己的特色。

这个项目具有一定的独创性。当地社区与一家调研公司合作，而这家调研公司从居民的想象力、居民对该地区的了解、居民的才干以及他们讲述的当地故事或使用现有资源中总结出了这些特色。每个居民小组负责一条步道，为其选定主题和开发思路。然后，从构思到完工，这些“居民设计师”在组织方和设计公司的指导下，自己负责实施项目。最终打造出六条主题线路：“沿水而行”、“从岩浆到石头”、“从历史到历史”、“从火到风”、“神奇森林”、“农夫创造了他的草原”。游客可以通过扣人心弦的作品发现这个地区的不同面貌：木头或铁质雕塑、废旧工具的再利用、微缩场景、创造性标识等。这个主题步道网络的品牌名称被定为“幻想之路”，并注册了商标。

该项目启动三年后，省政府和大区政府首次给予项目2.5万美元的资金支持。这些资金让各村能以整体项目为基础，发展自己的步道，并进行共同宣传：印制宣传册、接洽当地媒体、口碑宣传、激起游客的好奇心。这样一来，“幻想之路”获得了一定的名气。随后，这一概念被推广到整个大区，引起了当地其他行政区域的强烈兴趣，它们纷纷意欲效仿。“别人很羡慕我们幻想之路的概念，因为它让全民参与其中，吸引公众到每个乡镇和整个区域去，这也是我们的独特之处”，当选的市镇联合会主席接受当地媒体采访时如此表示。

10年后的今天，为了预知产品衰落的潜在风险，调研公司正在监测访问量，起草报告，提出改进方案，以实现项目持续优化。为此，全身心投入的村民们纷纷献计献策。这些步道不仅带来社会和经济效益，还增强了社区的凝聚力。于是，这些步道自然而然地成为了该地区的标志：“卡尔拉代兹市镇联合体幻想之路的摇篮”。

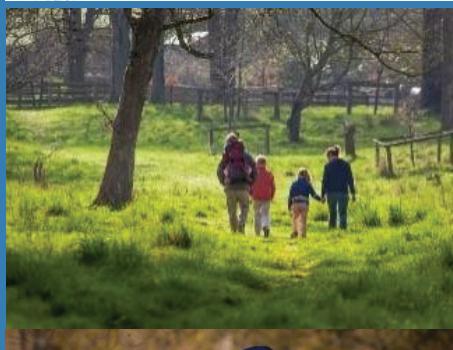
项目管理投资由市镇议会商议成立、由各村代表组成的步道指导委员会负责。这些覆盖6个市镇的项目每年投资金额为15万美元，其中一个名为“领导者”的项目（其职责是支持农村地区的国土发展战略）从大区捐税中获得了本项目所需的80%的资金，此外项目还获得还有来自欧洲的资金。

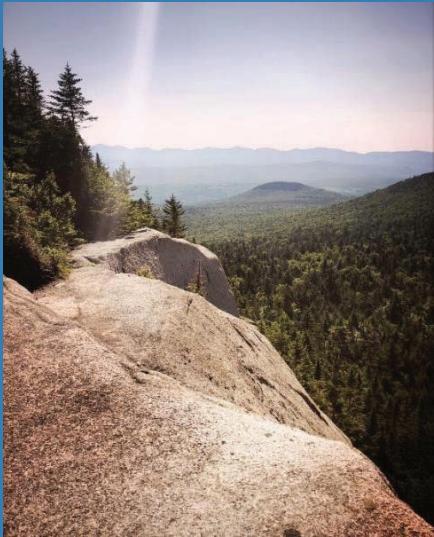


基尔肯尼步道的成功故事 (爱尔兰)

诺尔河谷步道 (Nore Valley Trail) 是一条设置有路标的步道，全长34公里，于十年前在基尔肯尼郡 (County Kilkenny) 设立、开发。这条步道的开发理念即，把徒步作为该地区的重点优秀活动来发展。爱尔兰国家体育部国家步道管理局已将其评为“国家级步道”。

1. 命名。必须为这条步道找到一个容易发音、长度适中、容易记忆，并能让人产生强烈联想的名字，当潜在游客使用搜索引擎时能轻松从常用网站中找到参考。基尔肯尼郡以文化、手工艺和烹饪为主题的旅游闻名遐迩，此外该郡还有美丽的风景、森林、河流甚至还有12世纪的城堡，于是，诺尔谷步道使用郡的名字，被命名为“基尔肯尼步道”，让本郡的这些王牌旅游资源更加出名。
2. 采用合适的运行模式。一个同名的非营利性组织随之成立，负责该步道的管理、维护、开发和运营。该小组的组成人员包括地方政府机构、基尔肯尼郡Leader Partnership (其职责是为社区和农村发展项目提供财政支持)、基尔肯尼 Recreation&Sports Partnership (其职责是促进健康生活和个人发展)、步道沿线市镇及当地土地所有者代表。一个标志。
3. 设计一个标志。为了更好地传播品牌，当地选择了一个简约而一致的设计，可以很容易地延展到所有的宣传和标识工具上。当地希望实现多样化步道开发，并将步道发展成网络，于是选取4种颜色对步道类型加以区分：绿色代表最初的步道，红色代表网络中所有的徒步步道，蓝色代表自行车户外步道，橙色代表美食发现之旅，淡紫色代表工艺发现之旅。
4. 举行启动仪式。此后，该网络内每一条新线路的推出均采取了这个做法：通过一场媒体和公众感兴趣的大型活动来宣布一条步道的启动。于2019年10月举行的7公里长的格伦南环线步道的启动也采取了这样的方式。这条步道是这个社区网络的最新项目，基尔肯尼相关部门也出席了开幕式。这项活动通过与记者和博主的对接，维护与媒体的关系，便于利用社交媒体发布公告。基尔肯尼山脊跑每年都会在长度为50英里的步道上举行。
5. 制定目标。该步道规划确定了几个大的方向：确保步道的畅通和免费；发展和推广该地区的宜居形象；提供一系列不同的步道体验；增加游客数量；促进游客消费当地的服务；为该郡农村地区带来经济效益；提高步道知名度，吸引新的旅





游和休闲细分市场。

6. 善用推广手段。除了线下媒体、新闻采访、提供优惠、开发新项目、举办活动等传统宣传手段外，网络平台通过设计品、互动地图、可下载的指南等提供了所有可以了解基尔肯尼步道的一切信息。网络平台已成为基尔肯尼居民的一处咨询和交流场所。一般来说，如今，没有什么东西是在网上搜不到的，或者是不匹配移动设备的。由于为步道开发的移动应用程序广泛使用而且程序可以展示徒步地点，因此，基尔肯尼与集合了世界各地步道的门户网站Everytrail展开合作。使用这款应用程序的用户能够利用GPS数据在地图上记录自己的徒步旅程，分享带地理标记的照片，获得步行速度或海拔高度等统计数据，下载其他用户的路线以便离线查看等。几年前推出时，这款应用因其前卫性而广受欢迎。随着举办了多场以该应用为主题的会议，以及巨大的应用下载量，基尔肯尼步道在这款应用的加持下获得了大量的曝光率。

7. 独家发布：2014年，基尔肯尼的最佳徒步路段被GoogleTrekker街景采集设备拍摄下来，全球数百万人通过手机、平板电脑和电脑以360度全景感受它的美丽。这是谷歌街景服务首次通过这种新技术传播欧洲的徒步活动。这些画面被媒体广泛传播。

这个项目以触及社区各个层级的多重体验作为理念，开展步行、骑行+美食和手工艺等一系列休闲和旅游活动，同时利用以新技术为导向的高效营销方法，最终获得成功。这条步道诞生于一项社区发展倡议，现在已经发展成为当地一个重要的设施，也成为了作为旅游目的地的基尔肯尼的一个重要元素。

本章记忆要点



今日趋势-家门口的徒步旅行

7

这是一种自由、随性而至、分散的本地旅游方式。

在住宅附近享受自然，参与各种各样的娱乐活动，这种自由既是这方水土宜居的证明，也体现了此地居民健康的生活状态。宜人的地区还会吸引企业家和市民来此创业或定居，从而促进当地的发展。

在能给当地徒步路线带来生机的旅游产品中，本地游居于首位。不论是从经济、社会还是其他方面看，与从远方来此游玩的旅客相比，这种本地旅游构成了更坚固且更长久的活动基础。由于这类旅游的特点，其产生的污染影响不仅会更小，而且与当前广泛传播的“少飞行”和“飞行羞耻”意识相吻合。

新冠疫情促进了本地游模式的爆发，也可能为未来可持续旅行方式的创新带来加速度。

章节目录

- 7.1 家门口的“微度假”
- 7.2 大自然、徒步旅行与新冠疫情



7.1

家门口的“微度假”

在当下的流行趋势中，不得不提“微度假”、“微探险”和“口袋探险”，它们为本地游带来了新的模式，只需用几小时或者一个周末就能改变日常惯例。人们通过这类旅游，可以在大自然中汲取养分及游览自己居住的周边地区，并且花费的时间比远途旅行更短。所以，这是一种更频繁、更简单也更个性化的旅行方式，让人们在家附近即可拥有独一无二的体验。



英国的一名游历全球的背包客早在 2012 年的时候就提出了本地游替代旅行方式的概念，并创建了网站 <https://alastairhumphreys.com/>。他提出了这样的口号：“简单、便捷、惬意、户外、经济、自由”。

这种旅游新方式早在新冠肺炎爆发以前就已经得到了相当一部分人的青睐。如今，由于防疫封锁，越来越多的人选择了这种新的出游方式。欧洲、南美洲、澳洲等其他地区出现了越来越多的与这类旅游相关的博客、网站、书籍。以法国为例，一名从法国骑三轮自行车旅行至柬埔寨的探险旅行家创建了网站其旅行网站 www.chilowe.com。一位女性企业家也创立了网站 www.2jourspourvivre.com，同时还组建了一个名为“周末孵化器”的 Facebook 小组，在《两日生活（2 jours pour vivre）》（Gallimard 娱乐出版社，2019）这本书中，她也对此作过详尽的介绍。类似的案例不胜枚举。

徒步旅行是当下时兴的一种旅行方式，与替代远途旅行和大众旅游的趋势相符。同其他的休闲活动和户外运动一样，徒步旅行倡导在旅途中轻漫游、使用公共交通工具。



Olivier Bleys 是《口袋探险》(Hugo & Cie 出版社, 2018) 的作者及网站 <http://olivierbleys.com/> 的创建者, 同时也是法国徒步作家。对他而言, 从日常生活中抽离出来, 休息几天的契机无处不在。在住所附近的草地露营, 欣赏漫天星空; 去森林里倾听雄鹿发情期的号叫声; 来一场 24 小时不停歇的徒步旅行, 探索本地区的各种道路, 停下来时也只是为了野餐和 15 分钟的小憩; 穿越河流时不走桥梁; 冒着黑夜重走熟知的徒步路线, 这都有着难以置信的别样风味。作为法国探险家协会的成员, 他总爱引用上世纪初著名作家马塞尔·普鲁斯特的话: “真正的发现之旅不在于寻找新的景观, 而在于拥有新的眼光。”

法国国家科学研究中心科研主任 Jean Viard (其也利用业余时间专精研究法国社会学), 解释道: “如果说有什么变化, 那就是人们用心去感受世界, 原因不外乎是在电视上看到过, 亲自去过, 或者父母或朋友去过。许多人属于大众旅游时代的第三代人。因此, 那些最神奇的地方, 他们的家人早已游览过。对他们而言, 旅行中的发现同过去已不再相同。事实上, 人们开始选择就近旅行, 且尤其注重经历的体验”。

喜欢这种旅行方式的人不会选择热门的旅游景点, 而是青睐于远离人群且气氛轻松的地方。“微旅游”常以徒步旅行、骑马旅行或骑行的形式展开, 能让人们有充足的时间去欣赏周围的风景。

旅行者在网络上分享的数字化路线, 以及通过自身实践探索的各个城市周边可供人们散步、慢跑、骑行的自然区域为本地游带来了成功。



©摄影/高宁 (*Serge Koenig*)：在雾中徒步距日内瓦市 15 公里的汝拉山脉（瑞士和法国，2016 年）



7.2

大自然、徒步旅行与新冠疫情

新冠疫情造成了全球卫生危机，将如何利用业余时间、如何满足对大自然的渴望等问题重新推到人们关注的焦点中。因为在疫情之下，人们的行动都受到了诸多限制。于是许多国家的徒步游迎来了高光时刻。城市中的绿化公园和人造自然空间成为了名副其实的绿洲。2020 年，徒步旅行的吸引力和大自然的价值都与日俱增。



徒步大自然：各国的一些观察

在隔离政策实行期间，人们在家附近接触到开放空间的机会或多或少地会受到影响，各区政府对该问题的处理方式各不相同。一些地区将公园和自然景点完全关闭（例如，加拿大魁北克）。而另一些地方，这些场所仍向公众开放，允许公众在这些场所活动，不过必须遵守人际接触距离间隔规定（例如，美国、法国、新西兰）。（来源：Falardeau&Hersberger 的自然、休闲旅游与新冠疫情）。

许多公园、海滩和其他休闲旅游地都不对公众开放。而仅有的开放场所都人满为患，周边管理也颇为困难。人们开始要求向所有人开放所有户外空间。这种要求几乎成了全民共识。人们普遍认为，自然环境空间开阔，有利于保持人际接触间距，步行也有助于保持身体健康、增强免疫系统和预防心理问题。

出于防疫需求，整个社会都作出了相应调整。虽然疫情改变了人们出入特定场所、散步或开展其他运动的方式。但上述活动也没有因此完全终止。由于路边人行道的使用不受限制，且无需特殊装备，这便使得更多的人们采取散步的方式进行休闲或运动。人们对户外活动和大自然的需求受到社会、政治、经济条件（尤其是公共卫生措施）的影响，而这种影响也在疫情的特殊背景下更加明显。



家中散步、享受自然

与另一些同样被隔离在家中的人，他们选择在家中进行虚拟的体育锻炼。Garmin 是一家专门生产 GPS 导航设备的运动配件制造商。其在 2020 年公开的一份智能移动设备使用者 GPS 传输数据报告显示，人们的休闲消费不仅受地区影响，也在很大程度上受到卫生措施的影响。往年，在春暖花开的季节大家纷纷走出家门，走进大自然，但是疫情期间大量的户外活动被户内的虚拟活动取代。

比如，由于需要居家隔离，许多美国居民无法在户外徒步和跑步，于是他们便利用“室内+虚拟”的步行和跑步设备（参见下图）进行运动：美国疫情期间，选择此类活动的人较 2019 年同比增加 18%。



他们在家中进行体育活动或锻炼，并借助一款应用程序，在虚拟世界（Zwift）中或是在屏幕上投影的真实道路上（Tacx training app, Kinomap）以相同的速度移动：户内活动从而具有了一定的娱乐性。

我们再来看看 2020 年春季欧洲。法国人基本上都在室内进行体育锻炼，但意大利人和西班牙人的活动主要还是在户外进行。在德国、瑞典和英国这些隔离措施“更加温和”的国家，人们则如火如荼地在户外活动着（来源：Garmin 2000）。

传统旅行协会鼓励大家去探索远离住址的地方、去各国旅游、去偶遇，然而“居家隔离或在家附近遛弯”等政令打断了传统旅行协会的发展。如今，大自然成了广阔安全且自由的场所。相反，大家一谈到公共场所，比如办公场所、购物场所等地方就会与易感染场所、健康危机升级和避免聚集的场所联想在一起。(来源：魁北克自然 Nature Québec, 2020 年 5 月)。

自然景区重新开放后涌现的人流也是人们内心压抑已久的例证。就以加拿大为例，大城市周边限量、半价发售的国家公园年卡很快就销售一空。这种门票促销手段(低至 5 折)是政府为鼓励居民“本地游”和回归自然采取的一项措施。年卡售出的速度不仅证明了魁北克人对自然的热爱，还证明利用自然空间可以作为撬动经济和社会发展的杠杆。(来源：加拿大广播 Radio-Canada, 2020)。

这场伴随新冠肺炎而来的旅游业危机很可能会激发人们重游自己周边的兴趣，并使人人都能以一种公平、可控的方式享受大自然和徒步步道。

乡村“今年夏天，我在自己的国家旅游”

2020 年 6 月 19 日，法国国际旅游促进局联合法国旅游发展署开展了一项经总理宣布的活动，为的是让法国人选择法国地区游。此次国内营销活动采取 100% 数字的方式，依托社交网络和各大网站，使用#今年夏天游法国的话题标签。

活动邀请了 7 名法国网红，其均为旅行内容创作者，他们拥有大量粉丝，为大众所熟知。他们不仅受邀游览法国各地区，还在各自的博客中分享了自己的见闻和照片。其目的在于刺激人们产生游览周边景点的想法和愿望。

此次活动共发布了 300 张照片、200 段地区旅游 Stories 短视频和 16 个地区旅游长视频，在社交网络上影响了法国人口的 15%。有 31% 的法国人在网络上观看了相关视频。

大自然和徒步在此次宣传的活动中得到了一部分的选择。(来源：法国旅游发展署)



本章记忆要点



“徒步+”与“步道+”

8

本章探讨的是项目的创新，即具有独创性的主题步道或主题徒步游的设计。

徒步有一千零一种方式。由于会对环境和体验质量带来负面影响，大众旅游受到越来越多的质疑，于是人们希望通过探索独创性的项目，开创新的旅游模式，以替代大众旅游。

这些新型旅游模式可以从时间层面和空间层面对客流进行分配，也可以对可能产生的各种收益进行重新分配。因此，从负责任旅游的经济及社会影响看，开发旅游新模式可以让旅游成为一项具有意义及包容性的活动。

各个地区可以按自己的方式打造适合自己的良性主题徒步游产品。

章节目录

- 8.1 “徒步+”
- 8.2 “步道+”



8.1

"徒步+"

这类徒步+产品不需要对大自然或步道进行任何特殊的改造，也不需要投资，只需要花时间用想象力和创造力来设计独创的徒步旅行产品。

创新型旅游社、精通植物学的导游、爱好徒步的地质学家、生物老师、自然科学家、艺术家、小说家或个人福利和发展方面的专家等，让徒步与人们爱好的其他活动相结合，提出多样且创新的徒步出游安排和行程框架。

这是享受徒步带来的美好体验、审视自我及自我周围环境的另外一种方式。理论上，这种活动方案为徒步旅行创造了许多发展机会，比如在具有本地级吸引力的景点步道旅行。



18 种 “徒步+” 主题

<u>徒步+地质+遗产</u> 更好地了解我们徒步穿越的地区。	
<u>徒步+植物学+野生采摘</u> 重新学习祖先们的常识并认识大自然馈赠的果实：例如，浆果、植物、蘑菇等。	
<u>动物主题徒步</u> 在不打扰野生动物的情况下深入野生动物自然栖息地近距离观察它们。	
<u>徒步+讲故事/传说</u> 在大自然中漫步并畅享当地神话传说。	
<u>徒步+放牧</u> 与牧羊人分享他们和羊群走了几个世纪的路线。	
<u>徒步+美食</u> 将步行的乐趣与在野外品尝当地烹饪美食相结合。	
<u>徒步+摄影</u> 一边行进，一边等待适合的光线，赞叹美景、按下快门并定格画面。	
<u>徒步+水彩画</u> 花时间观察细节并调色，在白纸上描绘徒步之旅。	

<p><u>感官徒步+森林疗法</u></p> <p>在森林中自我沉浸、漫步，体验森林疗法的功效。</p>	
<p><u>徒步+冥想、瑜伽、太极.....</u></p> <p>在步行中辅以呼吸、拉伸、平衡等促进身心健康。</p>	
<p><u>徒步+唱歌</u></p> <p>用声音和风景中所蕴含的美感来抒发情感。</p>	
<p><u>夜间徒步</u></p> <p>在暮色中漫步，伴着月亮的微光在黑夜中旅行，看太阳从地平线升起。</p>	
<p><u>徒步+观星</u></p> <p>沉浸在无限的空间中，认识星座并重新丈量我们在宇宙中的位置。</p>	
<p><u>歌谣+星空下露营</u></p> <p>体验在户外入睡的纯粹乐趣。</p>	
<p><u>徒步+辨别方向</u></p> <p>熟悉使用各种方向辨别仪器和避免迷路的方法。</p>	

<p><u>徒步+自主或搭档跳伞</u></p> <p>将步行的乐趣与飞行的乐趣相结合。</p>		
<p><u>徒步+“不杀生”垂钓</u></p> <p>纯属娱乐性质的钓鱼，钓到后放生。</p>		
<p><u>徒步+生存</u></p> <p>重新发现我们祖先的“生存道”。</p>		

一些国家投入资金，让人们离开自己的舒适区，鼓励他们多锻炼身体。这种政策表现在创建自然公园和专门的健康步道、各种主题游协会和基金会、组织等等。

由国家政府支持的计划范例



维多利亚州巴旺（BARWON）地区的 “活跃公园（ACTIVE IN PARKS）”（澳大利亚）



“人民与公园”基金会是一所由 Medibank Community Fund 银行、维多利亚公园和巴旺公园以及当地医疗保健机构出资成立的基金会。本项目则是该基金会推出的一项旗舰计划。

该项区域性计划的初衷是通过“户外”活动让居民们更加积极主动地追求自己舒适的生活。因此，这一计划在澳大利亚全国得到推广，同时各州发放补贴，支持地方政府及社区团体帮助当地居民走出家门到大自然中去参加体育活动。

该项目包含了丰富多彩的活动，例如：

- ◆ “心灵步行团（heart walking groups）” 大众步行。这是一个可以分享对健康徒步热爱之情的徒步团队；
- ◆ “women’s body positive hiking” 超重人群自由徒步游；
- ◆ 个人冒险训练。这是一项在陡峭步道上进行的严格体育锻炼，意在强化个人体魄；
- ◆ 环保活动，比如复原步道途经的沙丘地带，或恢复敏感自然区内已经消失的原始生物多样性等。

(来源： www.activeinparks.org)

“徒步+”：社区健康计划

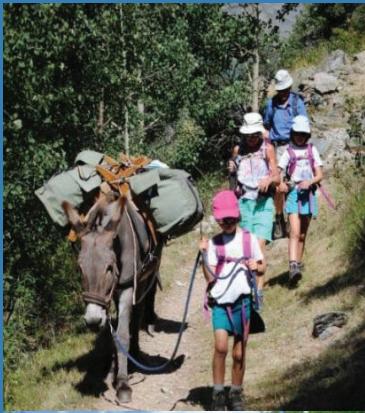
一些喜爱徒步旅的农场主和牧民将农场饲养的动物加以训练，使之成为徒步出游时可以提供畜力运输的好伙伴。这些动物在自然环境下长大，吃天然的饲料，定期接受检查护理，而且这些还信任人类，能陪伴人类一同出游。人们通常将驴子作为驮畜。无论老少，都可以享受与不同寻常的动物伙伴共同出游……



驮运徒步旅行组织者范例



“汝拉山徒步”（法国和瑞士）



“法国驮畜徒步联合会”的管理者热爱大自然、徒步旅行和动物，他们饲养了 20 头驴，并让它们成为名副其实的徒步旅行“专业”向导。他们还给这些长着长耳朵的动物伙伴取名，比如 Oscar、Nanon、Kebab、Tulipe、Voyou、Charlot 等等。每年夏天，一些以家庭为单位的徒步者，以及朋友相约出游的徒步者，还有学校组织出游的学生都会在它们的陪伴下在小径上漫步前行，走上几天甚至几个星期。

饲养员会事先与徒步旅行者共同制定好计划路线，让他们与动物亲近，教他们怎么照顾动物，怎么给动物喂食，怎么准备鞍囊，以及各种设备的使用方法。每头驴子都配备有驮运和牵引动物的装备（如驮鞍、鞍囊、缰绳）、动物护理用品、防止行李被雨淋湿的防水油布、驾驭驴子与团队同行的指南手册，以及可以接待徒步者和动物过夜的场所。

每头驴可以驮 40 到 50 公斤，相当于 3 至 4 人的行李。年幼的儿童甚至可以在疲劳的时候骑在驴背上。租借一头驴的费用为每天 30 到 60 欧元不等。

成立于 30 年前的“法国驮畜徒步联合会”（FNAR，网址：www.ane-et-rando.com）汇集了六十多家驮畜徒步租赁公司（在法国市场，大约有 150 家从事这项业务的动物租赁机构）。

该联合会的成员每年夏天为徒步团队提供的“驮驴同行天数”共计 60000 天次。（来源：FNAR）



“徒步+”：农场宿营

我们可以将农村地区和山区的徒步游与农场住宿、旅馆住宿和宿营地住宿结合起来：在那些追求返璞归真的徒步者看来，这些歇脚的地方是最合适的休息地点。孩子们可以通过各种手工活动，比如，挤奶、园艺、种菜等尽情享受童年乐趣，而大人则可以与主人一同准备食物，体验农场生活，像农民一样生活几个小时。

供徒步者宿营的农场民宿范例



阿尔萨斯地区（Alsace）孚日山脉的农场旅馆（法国）

农场旅馆是在农场里开设的餐馆，有的提供住宿，有的不提供住宿。它是作为副业旅游活动与作为主业的农业相结合的产物。旅馆友好真诚地接待游客，体现着乡村和山区人民的热情好客。

生活在法国东北部这个地区的人们从 9 世纪起就开始放牧。住在山谷里的农民们沿着走了几个世纪的步道将他们农场的牛羊群赶到孚日山脉山顶上的牧场。

随着 1872 年名为“孚日俱乐部”的徒步俱乐部创立，最早的徒步休闲活动开始在步道和马道沿线发展起来。徒步旅行者开始经常拜访这些农民，农民们成为了旅店老板。他们为游客提供饮料和其他农产品（奶酪、培根等），同时也是生产者—饲养员和接待员。

随着时间的推移以及绿色旅游的兴起，徒步游客接待业务规模越来越大，在此环境下，农场旅馆得以发展壮大并更新翻修。农场旅馆的模式打破了城市与农村社会的隔阂，如今已成为城市社会与农村社会相互融合的一种途径，同时也是当地增加额外收入的一种手段。

与以往相比，小旅馆成为了农业活动的衍生物。小旅馆的美食菜单上不仅有供游客食用的新鲜农产品、还有现场制作的乳制品和肉制品，另外还有传统农家菜。这些农场是游客们真正的心头好。小旅馆甚至成了游客的主要徒步目标。

大约五十家当地的农场旅馆加入了农场旅馆协会。这是一家成立于 1971 年的协会，其任务是制定规范并利用互联网上和专业旅游机构推广这些旅馆。该协会最近与地方公园合作，以“一个农场，一次徒步”作为营销理念，宣传农场旅馆。通常，这种理念都是徒步旅行的促销手段，因为它会建议驾车前来的游客在餐前（开胃酒）或餐后（助消化酒）进行 1 到 2 个小时且不需要较高专业水平的散步。在该地区旅游部门（阿尔萨斯旅游发展局）的推动下，这一理念在整个孚日山脉普及开来。

来源：阿尔萨斯旅游发展局（ADT），
www.fermeaubergealsace.fr



8.2

"步道+"

通常这类“步道+”产品需要有特殊的布置，靠着景点的背景、当地的历史、对大自然的了解以及一些临时户外艺术展览来创造吸引力。但是，这类理念同样要遵守一定的原则，即轻度布置，不得对环境造成影响，同时能和谐地融入周围环境。

有时，“步道+”产品需要接待人员、表演人员和讲解人员活跃气氛，来展现趣味性布置。根据投资规模的大小和管理模式的不同，这类娱乐性短途步道通常会收取门票。

这也是一种与众不同的徒步体验和学习方式。理论上，这种教育和艺术活动方案也会为社区和旅游步道的发展创造许多机会，比如在具有本地级吸引力的景点步道旅行。



面向家庭、学校和游客的具有教学意义的“步道+”

当步道也能成为教学工具时，这类步道将分为 3 种不同层次：

- ◆ 科学、历史、文化等相关主题步道，这类步道是解释说明型步道（这类步道中有一些是免费的，有些需要付费）；
- ◆ 用带有编号的标桩进行标记的教学步道，每根标桩上有编号以及徒步者手上对应的内容（徒步者在出发前须购买该手册）；
- ◆ 由一名领队/教师带队在户外徒步或上课。

解释说明型步道：一边散步，一边学习并掌握新知识。



孩子们集体参加的徒步或在森林中上课：树木和大自然代替教室和黑板。





自然&考古主题步道（法国）范例



公园接待中心或传统文化博物馆等旅游景点附近非常适合设置主题性解释说明或演示类步道。这类步道不同于徒步路线，与徒步者的期望也有差距。这类步道的距离更短也更舒适，可以让参观者（包括游客、居民、家庭、老年人、学生等）在寓教于乐的散步过程中深入地去探索发现。阿尔代什省非常火爆的肖维岩洞（Grotte Chauvet）森林考古公园内纵横交错的步道就是如此。

小型步道网围绕着一比一仿造的肖维岩洞，岩洞内还真实地还原了距今 32000 年历史的古老壁画。肖维岩洞称得上是阿尔代什省的考古保障，岩洞最初由几名洞穴和徒步爱好者偶然发现。为了保护洞内的微气候及洞内的岩画，该洞穴并未向公众开放。

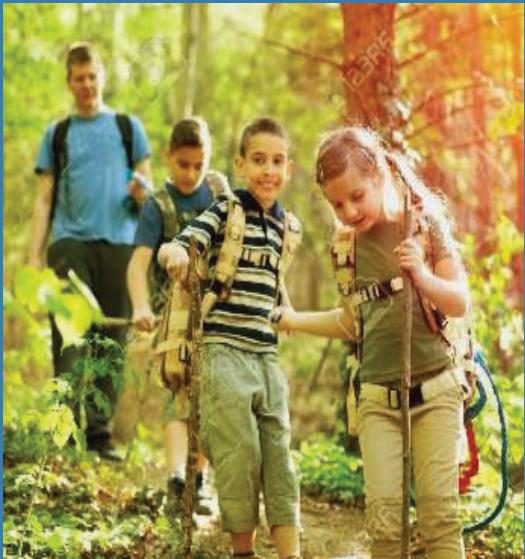
步行穿过人造洞穴，在导游的带领下游览参观，再穿过播放讲解影片的博物馆，然后穿越点缀有民俗文化元素的树林，在户外沿步道漫步。该旅游项目及配套商店、衍生产品、餐厅、门票销售处（成人票每张 20 美元）、各种表演活动和布置所需的全部资金于 2012 年分别由阿尔代什省（1500 万美元）、奥弗涅-罗讷-阿尔卑斯大区（1500 万美元）、法国政府（1200 万美元）、欧盟（1000 万美元）和私人赞助商（400 万美元）出资。

夏天旺季期间，该景点吸引大量游客前来，创造了 70 个直接专职工作岗位和 500 个间接工作岗位。



“大自然”学校（丹麦）范例

在丹麦，森林就是教室！



丹麦 20%（约 700 所）的幼儿园在树林中授课。这种名为“skovbornnehaver”的学校是一种“森林幼儿园”，这种学校出现于 1952 年。无论夏天还是冬天，小朋友们都在户外徒步、建造小木屋、爬树——这是这个国家的传统。3 到 6 岁的孩子们在一片绿色的环境中认识字母、学习算术，而且还学习怎样预防危险，学会自信和领导力。对于孩子们来说，森林无疑是一座理想的游乐场。孩子们可以自由活动，但同时也接受老师的监督和建议。家长们也很乐意让孩子们在这样的场所学习。

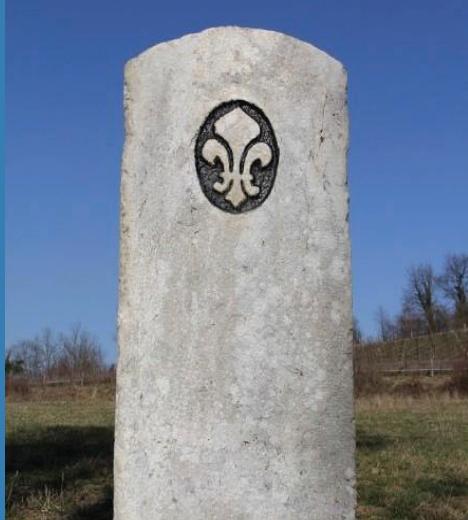
瑞典生物学家 Patrick Grahn 的研究表明，平常与大自然接触的儿童更不易生病，更善于交际，而且注意力也更集中。这些 skovbørnehaver（“树林中的学校”）由丹麦政府出资。瑞典在 1980 年将这种理念引进到小学课堂，德国和瑞士也分别在 1993 年和 2000 将这种教学理念引进至本国。美国、加拿大和英国等国的学校也开设了户外日常学习项目。不过，即使许多国家会开展不定期的“绿色课堂”和其他异地课堂类型的郊游和游学活动，但这类身处大自然中的日常教学仍然是边缘教学方式。

重温历史的“步道+”

昔日的城堡或堡垒、古老的贸易路线、走私道路、步道、工业遗址、经历战争、地震或其他有过去标志性历史事件的记忆步道等等，都可以作为地区徒步旅行的主题。



边界之路 (CHEMIN DE STEVENSON)
(法国和瑞士)



无需游览雄伟的堡垒就可以走进历史故事中。汝拉山脉位于法国与瑞士交界处的热克斯地区 (pays de Gex)，从这里可以眺望日内瓦湖。在这里，一些徒步爱好者与两个国家的有关市镇合作，沿边境线划定了一条 15km 长，耗时 4 到 5 个小时的徒步路线，路线途经田野、葡萄园和森林。鸟瞰日内瓦湖，远眺勃朗峰，都是该地区吸引力的加分项。但是，这条步道的独特之处并不在此，而在于它连接了 1766 年和 1819 年设置的边界碑。

每块界碑都是一块代表着地形、历史和政治的多维度拼图。形状各异的界碑能够吸引人们的目光或引发大众的好奇心。在瑞士侧，界碑上刻有代表日内瓦的字母 «G»。而在法国一侧，则刻有一朵百合花。这些石块的历史如此迷人，就像写

满了故事一样。另外，在步道最开始和最后几块界碑的旁边还有刻着说明性文字的标牌。这条设有路标的路线由土路和碎石路组成，难度等级为容易，步道向所有人免费开放，可以徒步通行，也可以骑山地自行车通行，沿途有许多长椅。

艺术“步道+”

艺术家们有时会与当地手工艺人、游客和学生合作，从大自然中提取素材即兴创作，用以户外展览赞美风景，并装点步道两侧。他们会定期进行新的创作，展现新的吸引力，唤醒感官。



自然&艺术步道的概念已经席卷全球：例如，丹麦的 Tickon、法国卢瓦尔河畔的肖蒙 (Chaumont) 和伊泽尔省到的 Gorneton、美国俄勒冈州的奥伦科森林自然公园 (Orenco Woods Nature Park) 和威斯康星州的 Eau Claire、英国的哈姆斯特利森林 (Hamsterley forest)、意大利的奇维泰拉达利亚诺 (Civitella d'Agliano) 和塞拉山谷 (Val di Sella) ...

艺术步道范例



塞拉山谷的艺术与自然步道（意大利）



该项目于 1986 年由当地的一名哲学家和一名热爱艺术与自然的艺术家发起。在一些文化机构的支持下成立了地方级协会——Arte Sella 协会，协会吸纳了意大利本国和外国艺术家、当地手工艺人和居民。协会将“艺术融于自然（art in nature）”这一理念作为其发展宗旨。

协会所在地——“自然艺术”步道管理中心曾经是一座农民和牧羊人使用的奶牛场，现在这里除了有收集文件及开会用的文件室和会议室，还布置有创意工坊，摄影展览和餐馆，有时这里还会举办演唱会、上演戏剧。

从协会成立时起，这片森林展出了六十余件使用木材、石材、植物等非工有机材料制作而成的作品，在森林、草甸和牧场里开辟出两条 2 公里长的步道，成群结队的人们穿着徒步鞋漫步在步道上。这些艺术作品就这样沉浸在生命和自然的循环中，它们在此诞生，随苔藓、风、雨、阳光不断变幻，并随着时间的流逝而消亡，最后回归大地。

这一独具特色的艺术展每年都会新增四到五件新作品，现在已经成为了当地遗产和经济中不可或缺的一部分，吸引着四面八方的游客和国际知名的艺术家们。如今，这些徒步路线作为跨文化跨社区的交流场所，既吸引着好奇的公众和爱好散步的城市居民，同时也吸引着徒步爱好者。

门票价格：成人票 8 欧元，学生票 2 欧元。

半徒步、半攀登“步道+”

这类步道的布置属于徒步游的边缘领域，因为它们需要配备基本的个人攀岩安全装备（比如，安全带、攀登绳、头盔等）。徒步路线沿一条狭窄的步道翻越悬崖，而且步道有时会为了给锚固在岩石内的爬梯预留位置而中断。沿步道设置一根铁索，徒步者与这根铁索捆绑在一起，从而确保安全。

半徒步-半铁道式攀登步道范例



该项目于 2009 年由中法阿尔卑斯-四川山地旅游开发合作处发起，并得到了四川成都文旅集团的大力支持。平乐古镇因其传统特色而非常火爆，已经成为当地居民周末乡村游的热门目的地。

为了使休闲活动多样化，景区运营商打造了中国首个飞拉达（via ferrata）铁道式攀登项目。该项目于 2010 年向公众开放。这条路线是徒步与攀岩的完美折中，这条线路布置在红色砂岩峡谷地带，下方就是一片竹海。这一野外景点距离成都城区仅 80 公里（高速公路车程 1 小时）。每个团队都必须配备个人防护装置和向导。门票价格为 75 元人民币（10 美元）。随后，多个景点以这个项目为模板进行开发，目前中国大约有二十余个飞拉达（via ferrata）铁道式攀登旅游景点。

在中国历史上，这样的装置由来已久。陕西华山的栈道已有数百年历史。浙江仙居采药者走过的步道已经延续了几十年。在西方，飞拉达（via ferrata）铁道式攀登诞生于 20 世纪初，发生军事冲突时，军队使用金属设施布置步道，翻越阿尔卑斯山。如今，欧洲有上千个飞拉达（via ferrata）铁道式攀登景点，一般都是免费开放，因为它代表着其所在社区强大的旅游吸引力。

本章记忆要点



徒步活动分类与徒步者类型

9

区域内允许规划的步道和徒步活动的类型，以及步道使用者的构成和期望，都是为徒步活动制定发展政策的关键要素。

徒步活动可以细分为很多种类，而且各类型之间存在细微差异。不过总体来看，下述两种徒步者与步道的关系最具代表性：

- ◆ 一类是居住在步道域内的本地人，短时间内可以从住宅进入附近的社区休闲性步道；
- ◆ 另一类是居住在别处的徒步者，专门在假期或周末进入游览性步道。

因此，本章将主要介绍步道、徒步及徒步者的主要特征的多样性。

章节目录

- 9.1 徒步分类与步道的类型
- 9.2 徒步者的类型



©摄影/高宁 (Serge Koenig)：四川省甘孜藏族自治州德格县雀儿山徒步 (中国, 2015)

9.1

徒步分类与徒步者类型

9.1a

根据徒步距离
长短分类



短途徒步旅行

步行时间< 4小时
距离<15公里

一日徒步旅行

步行时间> 4小时
距离十五至几十公里

长途徒步旅行

步行时间2-7天

超长距离徒步旅行

步行时间> 7天

徒步线路距离及实际徒步时间是划分徒步类型的两条重要依据。

根据徒步距离的长短可分为四个等级。不过即使按照距离划分，各个地区和国家在分级上依旧有着很大的差异。。

距离长短并不能代表徒步活动的难度。短途徒步不仅适合普通徒步者，经验丰富的徒步者有时也会根据技术难点选择短途徒步。同样地，在路况较好的道路上和地势崎岖的山路上都可以进行超长距离的徒步。

徒步距离的长短也不能决定徒步所需的精力。在低海拔地区徒步和在3000米海拔高度徒步所付出的精力肯定有所不同。此外，老年人以慢节奏或疾步徒步者以较快速度完成同一距离的旅程所用的精力也大有不同。

在步道沿途的布告板和信息栏上通常会标出该条步道的长度和完成这段距离的平均步行时间。所示步行时间通常是根据中等水平的成人徒步者以中等步行速度行走而计算得出的（参见下表）。

照片：

法国阿尔萨斯葡萄园徒步；德国

表：徒步者的步行速度

徒步者等级	平坦步道的步行速度（徒步距离）	上坡时的步行速度（海拔落差）	下坡时的步行速度（海拔落差）
未受过训练的徒步新手	1.5 至 2.5 公里/小时	150 至 250 米/小时	300 至 400 米/小时
身体素质处于平均水平的中级徒步者	2.5 至 4.0 公里/小时	250 至 350 米/小时	400 至 550 米/小时
身体素质良好且经验丰富 的徒步者	> 4.0 公里/小时	> 350 米/小时	> 550 米/小时

(来源：www.hautes-vosges-randonnees.com/ ;
www.montourdumontblanc.com/fr/il4-tmb_p27-connaitre-les-temps-de-marche.aspx)

不同长度的步道类型示例



西班牙安达卢西亚地区的卡米尼托•德雷小径（国王小路）



这条位于西班牙的人工步道，距离较短，总长 8 公里，走完全程仅需 3 小时，但这并不是一条容易行走的步道。相反，由于设施破损，缺乏安全保护，这条步道非常危险。不过对于一些经验丰富、训练有素的徒步者来说，这却是一个探险的好去处。

不过也正因为这条小路仍然颇受欢迎，当地有关部门已开始策划对步道进行重新开发，希望规划出安全的步道以供游客和普通徒步者探索。



E4 欧洲超长徒步道



这条步道总长 10450 公里。从技术上来讲，在这段超长距离步道上徒步并非难事，因此受到各个年龄段徒步者的喜爱。选择这段步道的徒步者基本属于偏“慢速旅行”的业余徒步爱好者。他们有时会长途跋涉几个月，用适合自己的步调穿越整个欧洲，欣赏沿途壮阔的风景，体验当地的人文文化。这类徒步者被称为“长途”徒步者。他们通常是度假的人，或精力充沛的退休人员；其中也有一些旅行新手，想要开启一段长途旅行并在旅途中边打工边体验，从而选择一种“数字游民”的生活旅行方式。

这条举世闻名的徒步路线由欧洲徒步协会规划设计，始于葡萄牙，终于塞浦路斯，中间穿过西班牙、法国、瑞士、德国、奥地利、匈牙利、罗马尼亚、保加利亚和希腊的克里特岛。

9.1b

根据徒步难度
等级分类



轻松

轻松的徒步旅行适合以家庭为出行单位的徒步新手和老年人。

中等水平

中等水平的步道路况良好，路线适合身体素质良好的徒步者。

相对困难

相对困难的徒步旅行步道高低不平，有一定坡度，适合身体素质好且有一定运动经验的徒步者。

高难度

高难度的徒步旅行步道陡峭崎岖，有潜在风险，仅推荐给经验丰富的徒步者。

对徒步进行分类依照的另一个重要因素便是完成徒步线路所需的技术难度。

该难度也可分为四个等级。即使按技术难度分，不同地区特点和区域内地形也会让这一分级存在很大差异。

一条徒步路线的困难程度主要取决于其路况、坡度和陡峭程度，沿途是否存在物体坠落的风险，海拔落差，气候，通讯信号覆盖程度，以及在没有出口、食物补给及住宿条件的行进距离。

由于在高海拔地区徒步时有突发“高原反应”的风险，所以在海拔3000米以上的徒步者一定要采取特殊预防措施。当海拔超过3700米时，“高原反应”有可能发展成肺水肿，5000米以上时甚至可能发展成脑水肿。

同一条路线上的徒步难度也可能会因当时的天气情况而有差别。难度等级也应标示在步道信息栏或布告板上，供成年徒步者的参考。如果带着小孩徒步，同一步道的难度等级应至少提高两个等级。

照片：

厄瓜多尔科隆群岛漫步、苏格兰斯诺登山Llanberis步道徒步、秘鲁印加古道徒步、攀越南非德拉肯斯堡山脉

不同难度等级的步道类型示例



冰岛羽毛大峡谷步道



法国诺曼底 GR 21

沿海徒步线路



中国四川

贡嘎山徒步线路



尽管步道所处地势非常陡峭，并且偏离道路可能会陷入危险当中，但由于以下几点原因，羽毛峡谷还算是一条相对容易的徒步路线：

- ◆ 步道维护妥当，标记清晰明显；
- ◆ 步道路面相对舒适、平缓；
- ◆ 海拔较低；
- ◆ 线路长度 2 公里，步行时间短。

这条路线长 190 公里，沿海岸线展开，由于以下几点原因，这也是一条相对容易的徒步线路：

- ◆ 步道维护妥当，标记清晰明显；
- ◆ 海拔较低；
- ◆ 步道路面相对舒适、平缓；
- ◆ 地形落差很小或几乎没有。

这条线路的徒步难度非常大，原因如下：

- ◆ 线路海拔在 3000 至 5500 米之间；
- ◆ 线路长 200 公里；
- ◆ 部分路段的步道十分陡峭；
- ◆ 线路范围内通讯网络覆盖的区域很少，可选择离开步道的出口也极其有限；
- ◆ 完全没有路标；
- ◆ 徒步者需要在野外过夜，并自备充足的食物；
- ◆ 地处西藏的大陆下行气流和成都平原的亚热带上升气流间的剪切带，因此天气变幻莫测。

徒步区域位于甘孜藏族自治州。徒步者绕贡嘎山（海拔 7556 米）徒步。



印度 Dhak Bahiri 洞穴徒步线路



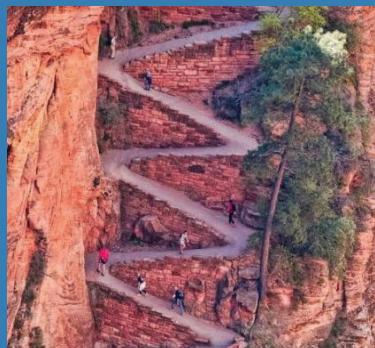
这条一日徒步线路的难度非常高，而且带有运动性质的。

造成其高难度的因素有：地处热带雨林，山路崎岖，季风期间路面湿滑，部分步道地势陡峭，坡度极大，有些路段甚至需要攀爬。

这条路线通向小山山脉中心的神圣洞穴。步行时间约 6 小时。这条路线主要用作朝圣者们向巴伊里（Bahiri）步行朝圣。

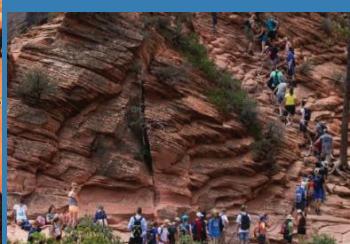
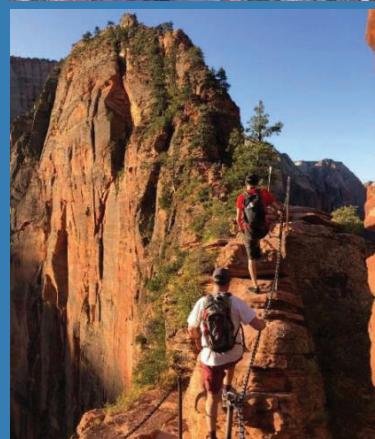


美国国家公园的光明天使步道



地处美国亚利桑那州大峡谷国家公园的“光明天使步道”是一条相对困难的徒步线路，这条步道海拔落差大，从红砂岩悬崖沿 16 公里陡峭险峻的步道一路攀爬至海拔 2075 米处，谷底到谷顶的高低落差可达 1350 米。这里每年都会有数十次救援行动。常常都是因为徒步者准备不足，鲁莽行动，导致意外发生。不过，这条步道仍受到很多徒步者的青睐，还被评为“国家休闲步道”

美国犹他州锡安国家公园的“天使降临地”是一条高难度、极耗体力的运动型徒步线路，个别步道狭窄、蜿蜒，需要徒步者具备一定技巧，借助索链徒步，徒步时要格外小心谨慎。路线全长 9 公里，所需步行时间 3 至 5 小时，海拔落差 450 米，个别路段险峻无限，需一定攀登技巧。险峻路段步道几乎垂直于峡谷。尽管在过去的 15 年间有近十名徒步者跌落山崖，失去了生命，但这条线路仍然颇受青睐，吸引着众多徒步者前去一览风采。





©供图/pixabay.com: 新西兰森林步道，步行区域铺设成木栈道



©摄影/高宁 (Serge Koenig)：中国康定崎岖山路上的沪壁 (2016)

9.1c

根据开发和维护水平分类



人工开辟
修建的步道

受维护且树
立明显标记
的天然步道

设有安全设施
的天然步道

山林险境
中的步道

徒步步道通常是当地居民从很早以前便开始使用的老旧的小路（例如：骡子小径，或用于运输农产品、进行贸易往来的小径等），后来经过人为修整、树立标志和维护，现用于大众休闲娱乐和旅游游览。

规划和开发娱乐休闲用途的徒步道可使更多人使用步道。如今，人们对步道进行着各式各样的规划和开发，从步道用途看，其主要包含两个类型：一是在户外公园内由人工开辟、建造的“普通”步道，主要用于大众旅游；二是山区、沙漠或原始森林里地势相对陡峭且难度较高的天然小道，这类步道的主要受众是具有一定徒步经验并想要追求刺激和冒险的旅行者。

合理开发和布置步道可以带来很多好处。首先，可以提高步道所在区域的旅游吸引力。其次，有助于改善当地居民的生活环境，丰富人们的生活活动，并为当地社区创造旅游经济效应。另外，在不破坏自然环境的同时，人们可以通过这些步道亲近大自然。

以下是一些步道开发和建设的示例：

设置布告板和信息栏指引徒步者；

设置安全设施，如：扶手，固定绳索，护栏等；

设置能为游客提供便利和带来舒适感的设施，如：步道铺碎石路面，铺石路面或设置木栈道等；设置拓展设施，如：利用岩石或建设小桥，设置人工浅滩，布置用于穿越溪谷的天桥，设置用于翻越围墙的阶梯，或建设用于穿过障碍物的隧道等；

设置娱乐设施：游乐场，野餐区，景点等；

设置敏感环境保护设施：土道改造为木栈道，架高步道等；

修复改造古建筑：修缮旧建筑物，翻修石墙等。

照片：

中国浙江省神仙居风景区的人工步道、受维护且树立明显标记的法国孚日山区天然步道、奥地利阿尔普山区设有安全设施的步道、中国四川省贡嘎山耗牛放牧路道

常见的步道开发类型示例



英国“奔宁之路”步道的开发

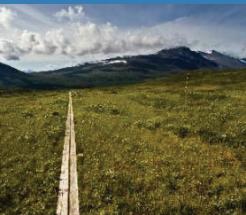


这条英国最古老的国家步道用古木制成步道路标，沿途布置保留传统风格，极具特色。

步道长约 400 公里，完成全程需 3 周时间，是英国最传奇、历史最悠久的徒步道。徒步线路沿奔宁山脉的主脊行进，穿过山峰区、约克郡和北奔宁山的三座国家公园。且免费对大众开放。



瑞典“国王之路”步道的开发



这条线路的步道开发适度，沿途设施采用天然材料，既简洁又与自然环境完美融合。

“国王之路”建于 19 世纪末，线路全长 425 公里，沿途尽是北欧拉普兰独特的风景，每 20 公里便设有补给站给徒步者们提供住宿，同时设有木质步行道，风格简洁、自然，步道穿越沼泽湿地等自然地貌。阿比斯库国家公园路段是国王之路最经典的路段之一，且免费对大众开放。



尼泊尔朗塘山谷徒步道的开发



朗塘山谷的步道十分简陋，只设置了供当地社区工作及出行的基础设施。这里的道路几乎不能作为旅游设施使用，也正是这样的风格使之更具魅力，吸引徒步者前来探索、冒险。

朗塘国家公园位于中尼边界尼泊尔一侧，毗邻中国西藏。与传统的山区徒步不同，徒步者们可以用一周的时间深入尼泊尔喜马拉雅山脉，尽情享受沿路的雪山风光和宗教文化。在尼泊尔徒步旅行需要办理山区徒步旅行许可证（10 至 20 美元），并购买公园门票。



瑞士旅游景点和拓展开发



众所周知，瑞士瓦莱州的格雷兴和采尔马特两座小镇间的步道是最美高山徒步路线之一。2017 年，以 82 万美元投资建造的世界最长的步行悬索桥（495 米）完工。此后这条路线就更加受到游客的瞩目，步道吸引了更多的徒步者前来，其中不乏本无徒步爱好的外国游客。步道和悬索桥均全天免费对公众开放。



法国阿尔卑斯山冰海 冰川步道的开发



冰海冰川步道设有栏杆和台阶等拓展设施，游客步行 45 分钟即到达冰川边缘。

30 年间，全球不断变暖，这里的冰川长度已经缩短了 2.5 公里，厚度下降了 100 米。有关部门每年都为步道额外布置一道步梯。

游客可搭乘观光小火车从霞慕尼山谷出发，一路到达蒙特维车站，再进入冰川步道。这种齿轨式登山火车建于 1909 年。徒步者还可选择长约 5 公里的森林步道一路攀爬到冰川边缘。步道海拔落差达 900 米。蒙特维车站悬于冰川之上。冰海冰川是阿尔卑斯山脉最大的冰川之一。人们对这里的游览热情始于 1741 年，如今它已成为法国最受欢迎的自然景点之一，每年吸引近一百万游客前来参观游览。观光火车的往返成人票价为 34 欧/人，所有步道对公众免费开放。



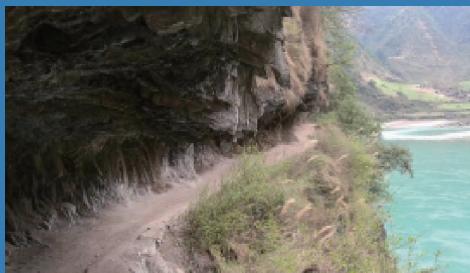
法国旧铁轨向绿化道的改造



自 1968 年以来，阿尔代什省已有长约 22 公里的废弃铁道被改造成了绿化道（穿越阿尔代什）。这些绿化道主要用于非机动出行：步行、自行车、轮滑。线路跨越了多座高架桥，预计到 2022 年将延长至 70 公里。绿化道对公众免费开放。



保留原生态尚未开发 的中国茶马古道



这些古道仍保留原始状态，尚未设置安全设施或现代化设施，但它们对探险爱好者的吸引力却丝毫不减。其中一些长距离的步道已成为极富传奇色彩的山区徒步道，备受寻求远途探险的徒步者的青睐。

这个具有数千年历史的实用型步道网络曾被易货贸易商队使用。他们通过这些道路用产自四川和云南的茶叶交换来自西藏的马和盐。这些道路绝不仅只有简单的商业用途：它们是各民族之间进行文化和语言交流的重要场所。它们见证了中国古代的文化历史。步道对自由行背包客免费开放。

特殊步道开发类型示例（收费步道）

在大众旅游网站上通常都能找到这类收费的旅游路线，例如博物馆和休闲公园，游客还可在线购买景点门票、查寻景点开放和关闭时间。



中国华山

陕西的道教发展对铁索攀岩这一概念有一定的启发意义

欧洲自 1980 年代起，中国自 2010 年代 起，相关旅游项目的开发成倍增长



这条由人工在花岗岩山壁上生生凿出来然后用铁链固定的华山步道已有数千年的历史。这条步道数千年一直是佛教、道教修行者和朝圣者的拜谒路线。由于大众旅游的发展及华山第一条索道的开通，这条从花岗岩壁中凿出来的步道被誉为“世界最危险”的一条徒步步道。华山修建了一些安全的新步道，并关闭了一些有安全风险的步道。一些路段还设置了缆索，确保游客能用随身携带的攀岩安全带固定。

华山在徒步界的盛名得益于它悠久的历史文化、可靠的安全设施、传统的宗教文化、步道带来的情感意义以及与周围壮丽的山川美景之间的完美融合。
景区门票：（旅游高峰期）成人：15 美元/人，可游览绵延数公里的山壁步道。



法国魔鬼桥峡谷。这条建于法国上萨瓦省峡谷里的步道是一条传统的大众旅游步道，而非徒步步道。徒步者可能会略失所望。门票为 15 美元/成人，票价包含长 1.5 公里的架空步道。



西班牙卡米尼托•德雷步道（国王小路）。国王小路位于西班牙南部马拉加的阿达莱斯公园内，长 8 公里，走完全程需 3 到 4 小时，其中 1/3 的路段锚定在悬崖岩壁上。
步道位于徒步旅行公园内，门票为 10 美元/人。每日接待游客人数上限为 1100 人。游客走在悬于半空的天桥上能看到附近经过的列车，也为这条步道的惊险氛围增添了些许超现实主义色彩。

9.1d

根据步道休闲性和旅游性分级



地方级步道

地区级步道

**国家/国际
级步道**

由步道由自身特点决定着它们的类型，其特点可以概括为：

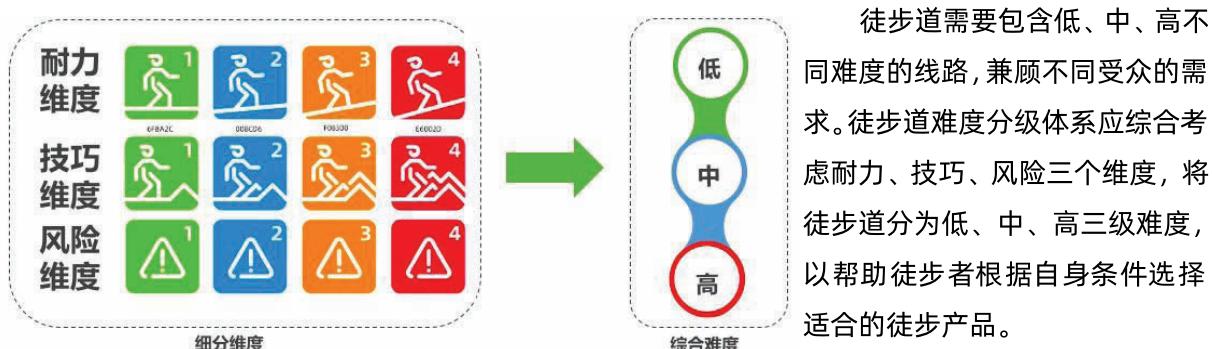
- 步道途经区域内自然环境的吸引力（景观，动植物，气候等）；
- 步道周围可参观游览的文化景点（民族社区，传统，历史，古迹，朝圣地等）；
- 步道途经区域内自然和人文环境的真实感和保护水平；
- 徒步运动的强度和体验感；
- 配套服务的质量水平；
- 步道途经区域，特别是起点和终点的社区和居民的真诚度和热情度；
- 人们对步道的好评度及其声誉；
- 步道的维护和路标的质量。

照片：

瑞士巴塞尔的徒步道、瑞士Formarinsee至Voralberg的徒步道、瑞士伯尔尼高地的徒步道

地区、国家和国际路线	
主要特征	成功的要素
<ul style="list-style-type: none">-自然和文化环境以及管理和推广标准允许地区域级和世界级的徒步旅行体验的步道或设施-完全能够吸引本地区、本国和外国游客的目的地：有专为旅游规划的徒步路线；-某地区当地社区徒步旅行爱好者喜爱且经常前往休闲的路线；-有以徒步为主题的高级别活动和赛事。	<ul style="list-style-type: none">-自然和文化环境以及管理和推广标准允许地区域级和世界级的徒步旅行体验的步道或设施-完全能够吸引本地区、本国和外国游客的目的地：有专为旅游规划的徒步路线；-某地区当地社区徒步旅行爱好者喜爱且经常前往休闲的路线；-有以徒步为主题的高级别活动和赛事。
本地路线：景点，市镇，社区联合体，区	
主要特征	成功的要素
<ul style="list-style-type: none">-当地居民经常用于休闲、运动健康活动、康养和享受的徒步路线和设施。-根据旅行模式、徒步活动+（参见第8章）和相关服务水平的创新性，可为本地区甚至全国游客开发的潜在吸引力。	<ul style="list-style-type: none">-位于居住区周边/附近，且与社区服务和开放空间相连；-代表了当地特色；-提供各种难度、长度和种类的路线；-各类人群均可以在路线中进行积极的非机动车活动，例如骑马和骑自行车出游；-为所有人提供平等的出游机会；-得到当地居民的认可，构成一个受欢迎的、游客众多的、受人喜爱的徒步路线网络

IMTA 国际徒步道难度体系



耐力维度主要以时间为计算单位，分为四个等级				根据《徒步指南》步道设计体系，技巧维度分为四个等级，主要以徒步线上石块、植被等固定障碍物大小作为标准。只要线路中一个障碍物达到某一标准，此段线路即被判定为同样等级。			
2 小时以下 儿童、家庭、 老年人可轻 松完成	2-3 小时 适合儿童、家 庭徒步者进 行挑战	3-4 小时 适合有一定运 动基础的户外 爱好者进行挑 战	4 小时以上 适合运动基础 较好，经验丰 富的户外爱好 者和专业徒步 群体	路面较为平坦， 或有成熟的步 道，如古道、绿 道、游步道等。	原生路面，障 碍物小于或等于膝 盖高度。	原生路面，障 碍物小于或等于胯 骨高度。	原生路面，障 碍物大于胯骨高 度，通常需要借 助登山杖通行。

根据《徒步指南》步道设计体系，风险维度分为四个等级，主要以徒步线上可能面临的风险及其造成的后果评定。

山地、乡村平坦路面或成熟步道， 无受伤风险。	路面有一定起伏，可能会造成扭 伤风险。	山路陡峭，部分路段需要借助安 全设施通行。	部分路段身体完全接触地面或岩面， 需借助安全装备通行。



9.2

徒步者的类型

9.2a

根据徒步强度



**运动型
徒步旅行者**

**乐趣型
徒步旅行者**

**休闲型
徒步旅行者**

根据徒步活动的强度，徒步旅行者可以划分为三类：运动型、乐趣型和休闲型。

(来源：法国旅游发展署)

**表格 法国、德国、荷兰三国徒步旅行市场中的三类人群：
运动型、乐趣型和休闲型。**



各部分徒步者的占比



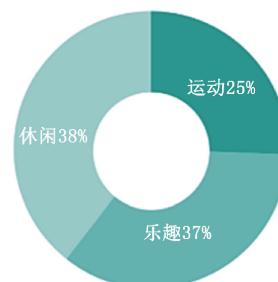
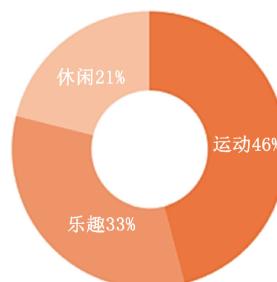
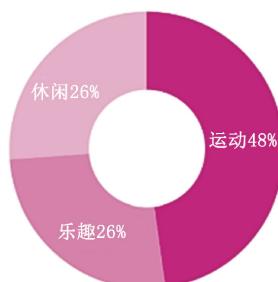
法国的徒步者



德国的徒步者



荷兰的徒步者



来源：法国Questbook-Atout线上问卷【2017】

表格：三国徒步旅行者根据个人信息和旅行期待的划分

各市场客户群	徒步旅行者个人信息	选择标准和徒步地点	旅行类型/平均时长	住宿类型	徒步类型	寻求的路线体验
法国	60%男性 41% PCS+ 54% 18-44岁 48% 运动型 26% 乐趣型	-风景与气候平衡 * 山区: 79% * 海洋: 31% * 乡村: 29% * 城市: 7%	伴侣/夫妻: 44% 家庭: 28% 朋友: 23% * 1至7天: 77% * 8天以上: 23%	-酒店: 20% -租住带家具的房屋: 20% -客房: 16% -露营: 16%	-4小时 13.3公里 (600米至1000米以上) -19%的巡回徒步	-休闲活动: 62% -文化活动: 52% -运动活动: 39% -野餐为主
德国	54% 男性 30% PCS+ 56% 18-44岁 46% 运动型 33% 乐趣型	-风景与气候平衡 -性价比 * 山区: 60% * 海洋: 37% * 乡村: 34% * 城市: 18%	-伴侣/夫妻: 52% -家庭: 30% -朋友: 17% * 1至7天: 68% * 8天以上: 32%	-酒店: 46% -租住带家具的房屋: 22% -客房: ...13%	-4小时 12.7公里 -低难度型 (少于600米) -15%的巡回徒步	-休闲活动: 75% -文化活动: 64% -运动活动: 42% -野餐和餐馆
荷兰	55% 男性 44% PCS+ 37% 18-44岁 38% 休闲型 37% 乐趣型	-风景与气候平衡 -性价比 * 山区: 53% * 海洋: 30% * 乡村: 23% * 城市: 22%	-伴侣/夫妻: 51% -家庭: 29% -朋友: 17% * 1至7天: 54% * 8天以上: 46%	-酒店: 40% -租住带家具的房屋: 21% -露营: 11%	-3小时 15分, 11.3公里 -低难度型 (少于600米) -11%的巡回徒步	-休闲活动: 76% -文化活动: 65% -运动活动: 32% -餐馆为主

表格：三类徒步旅行者最喜爱活动的分析

顾客 (按类型区分)	活动的强度	选择标准和徒步地点	逗留类型及 凭借逗留时间	寻求的路线体验	信息来源
运动型徒步者	- 每天超过4小时 - 逗留期间每天 - 其动机为寻求在大自然中冒险并沉浸其中以及发现风景	-美丽的风景及各种小径	- 夫妇及朋友 - 基本少于一周 - 偏爱大山 - 居住在高山小屋或野外搭营	- 步行5小时, 即15至16km - 中等高差至高高差 (即600m以上和1000m) - 大多数人可参加的野餐 - 巡回徒步旅行者	- 专门网站 - 地图手册
乐趣型徒步者	- 每天不足4小时 - 逗留期间每天 - 发现风景, 探索聚集的乐趣及平静	-美丽的风景、各种小径以及住宿质量	- 夫妇或家庭 - 基本少于一周 - 各种各样的活动空间 (海滨、乡村、城市、山林) - 住宿在租赁性质的露营式酒店或第二居所中	- 步行2小时30分, 即10km - 高差较低或无高差 (<600m) - 野餐或餐厅 - 巡回徒步旅行者的比例低于徒步旅行者的平均水平	- 亲友的建议 - 地图手册 - 旅游局
休闲性徒步者	- 每天不足4小时 - 并非每日徒步 - 其动机为发现风景, 探索区域, 获得幸福感	-美丽的风景, 各种小径、各种活动及各种参观	- 家庭或夫妇 - 基本为一星期及以上 - 优选地为海滨及乡村 - 住宿在出租屋或酒店里	- 步行2小时, 即9.3km - 高差较低或无高差 (<600m) - 野餐或餐厅 - 巡回徒步旅行者的比例低于徒步旅行者的平均水平	- 亲友的建议 - 旅游局

(节选自：《徒步旅行客户群》-法国旅游发展署, 2019)

出游主体	偏好的步道体验	偏好的步道类型
单收入无子女家庭 双收入无子女家庭	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 短途徒步旅行，目的地预计车程 1.5 小时； ◆ 寻求与众不同的、沉浸式的、原汁原味的体验。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 在路线稍长的步道进行一日轻户外短途徒步探险； ◆ 有当地特色住宿的步道。
年轻人的家庭出游	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 寻求乐趣的短途家庭徒步旅行； ◆ 持续时间更长的家庭度假，为儿童开展的徒步旅行活动。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 邻近住宿区的一日游短线步道； ◆ 低难度短途路线，适合儿童，邻近娱乐和活动中心。
老年人的家庭出游	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 1.5 小时范围内的短途徒步旅行； ◆ 家庭度假，每个人都有徒步的机会。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 一日游短途路线， ◆ 提供住宿服务且邻近其它景点的路线。
四十岁左右的人的家庭出游	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 一日游、短途旅行和时间稍长的假期； ◆ 舒适区外的体验； ◆ 寻求放松和愉悦。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 有各种偏好，比如短途旅行、一日游或长距离徒步旅行时能过夜； ◆ 时间更长的徒步探险，且持续多日。
退休人员	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 不走寻常路，体验原汁原味的徒步； ◆ 参与者可能会受体力限制。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 有多种标准的一日游短线步道，可能提供住宿（视体力和兴趣而定）。
追求体验的游客	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 原汁原味的沉浸式徒步和探险体验，了解当地、文化和自然等； ◆ 徒步旅行期间的花销各异。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 一日游和多日游步道，探险体验、沉浸式体验和代表性体验； ◆ 向专门为本次徒步而来的游客提供有特别趣味的步道； ◆ 步道附近有当地特色住宿，且有各种价位的导游服务。
经验丰富的徒步旅行者	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 沉浸式体验，最好远离人群，遥远且/或难度高的体验。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 多日路线，有趣且难度高，行程可长可短； ◆ 自主徒步者的路线。
当地居民	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 在平日进行短途户外休闲和徒步旅行； ◆ 利用周末或是更长的假期，寻求徒步旅行。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 一日游短线步道，步道位于住宅附近或可驱车到达； ◆ 步道有本地区兴趣点（POI）。
学校出游	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 按照户外活动及自然教育课程，安排一日游等短途路线。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 一日游短线步道，低难度至中等难度，方便从学校或学校出游营地抵达； ◆ 步道配备有教学性质的设施（如介绍环境和文化历史的展板，生物和植物种类多样的区域等）。
团队出游	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 大巴旅游、商务团体、研讨会和会议团体、团建、旅游项目等包含徒步游的团队旅游。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 有兴趣点（POI）的半日游短途步道； ◆ 步道应满足团队所有成员的需求，能够实现团队内成员间的互动； ◆ 活动组织者能进入步道，步道周围有停车场、住宿点和会议室。
活动参与者	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 活动距离多样，根据活动需要可长可短； ◆ 上述活动可能是慈善性质的步行活动、越野跑、定向越野比赛等。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 步道类型应满足大型活动需求，活动组织者、媒体和观众能到达其出入口； ◆ 步道附近有住宿区和交通站点。

成为跑步和越野跑爱好者的运动型徒步旅行者：一种真实的社会现象

越野是指在大自然中，在户外步道上、在平原上、在森林里或在山上以最快的速度跑步和健步走。如今许多大型越野赛事已成为一项国际性活动。



国际越野跑协会(UTRA)是一家被国际田径联合会认可，负责在世界各地推广和发展越野跑的组织。根据协会数据，2013年至2019年，协会共计在195个国家或自治区举办了25,700场越野跑比赛，参与比赛的选手达177万人。利用Instagram，可以看到人们在下#fitgirl（健身女孩）和#healthylife（健康生活）标签下发布的越野跑内容。

#trailrunning（越野跑）标签下发布的内容超过700万条，与越野相关的标签还有#instatrail、#ultratrail、#trailaddict等。最受欢迎的越野跑爱好者已然如明星一样，如法国博主FrançoisD'Heane (Instagram上有67.3万粉丝) 和西班牙博主KilianJornet (拥有53.2万粉丝)。YouTube还有一档完全以越野跑为主题的节目：E-MotionTrail。苹果iOS系统手机和安卓系统手机都能安装越野跑应用程序，比如：TrailPassion Mobile、TrailConnect、SityTrail。

2018年，法国跑步者的人数约在900万到1300万之间，其中偶尔参与和定期参与跑步活动的人以及专业竞技选手和非竞技性爱好者占总人数的六分之一。其中，约200万人准备参加跑步赛事。在法国人最常参与的运动中，跑步位列第三位，仅次于游泳和健身。提高身体素质(58%)、保持身体健康(58%)和减重(35%)是越野跑爱好者选择这项运动的三大理由。体育场外的跑步活动在中国也迎来了爆发式增长。



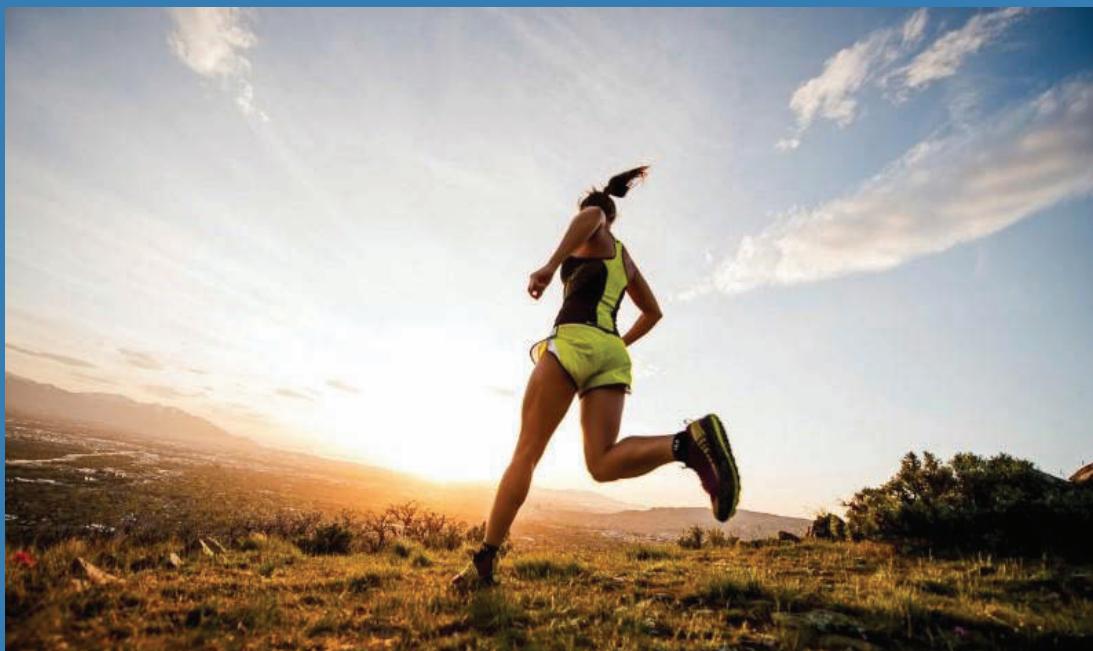
2016年，中国有3400万名跑步者参与跑步活动，2017年5277万人参与，2018年7300万人参与，其中30%是女性。中国也组织了多场马拉松比赛，比如2010年共举办22场马拉松，2015年51场，2016年328场。2010年，中国组织了3场越野跑比赛，2014年为101场，2016年为368场，而2017年已有将近一千多场。2019年，参与越野跑比赛的人数多达40万人。根据中国田径协会发布的数据，2019年共举办263场赛跑、马拉松和越野比赛，57.9万人参赛。不过这些数字远不能代表举办的赛事数量、越野跑爱好者的总人数、竞技选手和非竞技爱好者的总人数。（来源：体育总局，行知）

我们将时间拨回 1974 年，美国加利福尼亚州举办的美国西部 100 英里耐力跑越野赛是首次大型越野跑赛事。说到欧洲的越野赛事，不得不提 2003 年在法国霞慕尼（Chamonix）举办的首届环勃朗峰超级越野耐力赛（UTMB）。该一赛事已成为世界标杆级赛事。比赛全长约 200 公里，海拔 10,300 米，2000 名志愿者参与到比赛服务中，比赛设置了 6 种不同的赛道，共 10,000 人参赛，7000 名陪跑，吸引了 50,000 名参观者，总住宿天数达 73,000 天，每位参赛者的平均预算为 1000 欧元，现场记者 250 人，赛道穿过的三个国家（法国、意大利和瑞士），共计 13.5 万人通过电视收看比赛。环勃朗峰超级越野耐力赛（UTMB）为当地带来了 1360 万欧元（不包括运输费用）的收入：这场越野跑成为了一大经济热点，而且如先驱一样，为编制针对此等规模赛事的环保章程做出了贡献。

环勃朗峰超级越野耐力赛（UTMB）的法方承办者与行知探索文化发展集团合作，二者共同在中国举办“by UTMB”越野赛。

在大自然中奔跑：积极面对新冠疫情

2020 年，日本运动品牌亚瑟士 ASICS（跑步鞋品牌）针对 12 个国家 14000 人进行国际调查，样本调查显示，新冠疫情造成封锁的期间，人们对跑步的热情激增。而最常见的动机是“为了感觉更自由和减轻压力”。





©摄影/Yohann Cazaubon: 比利牛斯山脉 Biouss Artigue 湖畔的轻松徒步 (法国)

9.2b

根据动机



**接触
自然**

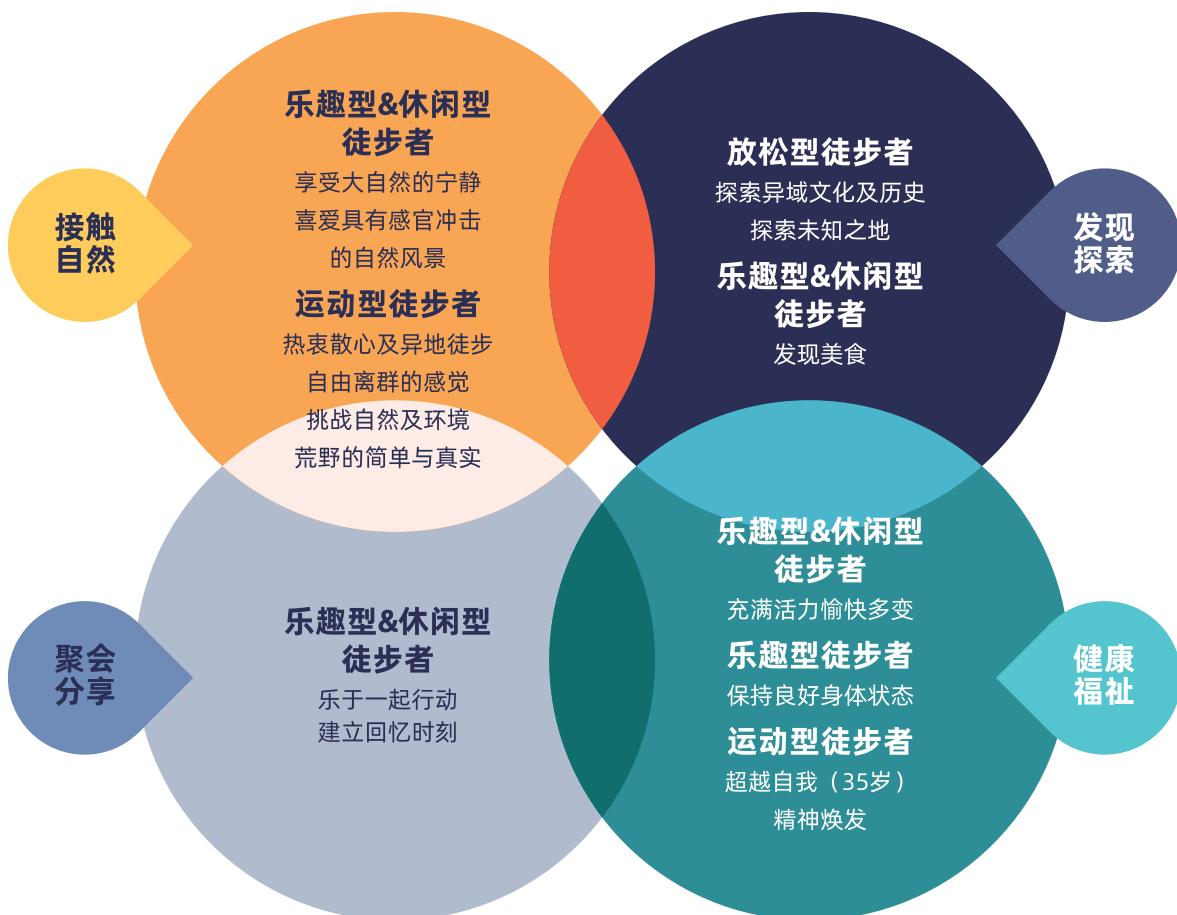
**发现
探索**

**聚会
分享**

**健康
福祉**

徒步旅行者的徒步动机，以及他们在徒步中追求的目标对于定位步道体验来说有着决定性的作用。

表格 根据四种动机划分的运动型、乐趣型和休闲型徒步旅行者



(节选自：《徒步旅行客户群》-法国旅游发展署, 2019)

9.2c

根据其他标准



年龄

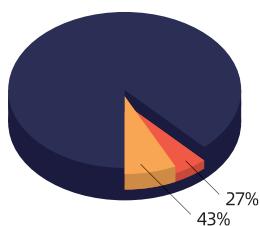
性别

社会职业

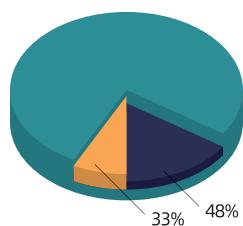
单独或
多人活动

对徒步者的分类，还有众多其他标准，这些标准可作为徒步旅行开发政策、营销项目及战略的指导。可以将社会人口统计学作为标准对徒步者进行分类，例如：年龄、性别、国籍、家庭状况、学历、职业、社会阶层等。

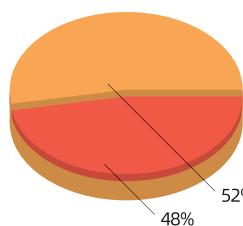
例子 根据社会人口统计学标准对法国徒步旅行者进行分类：



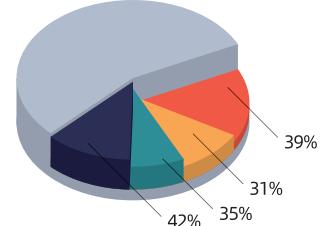
按照年龄划分：
(法国人口 6700万人)
约1800万的徒步旅行者
43%的人年龄超过50岁
27%的人为退休人员



按社会职业阶层划分：
法国1600万徒步旅行者中
48%来自大众阶层
33%接受过大学教育



按照的性别划分：
法国拥有1600万徒步旅行者
52%为女性
48%为男性



根据活动方式划分：
法国1600万徒步旅行者中
42%为家庭出行
35%为情侣/夫妻出行
31%定期独自徒步
39%定期与朋友徒步



多种活动兼顾的趋势

法国用1600万徒步者，其中2.7%的徒步者表示
还会参与其他户外体育运动，例如在公路和自行
车道上骑自行车（25%），以及在山道上骑山
地自行车（21%）。



山地自行车骑行：21% 自行车骑行：25%

(来源：法国体育部体育与自然国家资源中心Pôle Ressources National des Sports de Nature)

老年人的徒步活动

在推荐老年人参与的体育运动中，健步居于榜首。

举例来说，法国步行远足联合会的两万名会员中，70% 的年龄超过 50 岁。

- ◆ 其中 60-69 岁年龄段的人数最多；
- ◆ 其次是 50-59 岁和 70-79 岁年龄段。

为这群“第三年龄”游客定制的旅行路线或“活力徒步”，让旅行社收益颇丰：举例来说，老年人占

- ◆ “Club Aventure”客户群的 35%；
- ◆ “Compagnie des Sentiers Maritimes en Bretagne”客户群的 40%；
- ◆ “La Balaguère”客户群的 15%。

法国霞慕尼的“领路人”公司 (Compagnie des Guides) 为年龄较大的徒步者推出了“环游勃朗峰”（170 公里）的项目，将营地间的最长步行时间缩短至 2 小时 30 分或 3 小时，同时提供更加舒适的住宿、餐饮和陪同服务。这一项目取得了良好的效果！



残疾人的徒步旅行活动

徒步路线的提供还应当考虑到行动不便人群，他们也应该享受在大自然中徒步的体验。残疾可能是生理上的或精神上的，体育教练员可以通过“适宜体育运动”的培训以便更好地带领此类人群徒步。例如，对于瘫痪的游客，团队中必须配置三名徒步旅行者和一台被动轮椅 (joëlette) ——一种带轮的抬椅。甚至还有专门为此类人群服务的旅游俱乐部，专门组织有被动轮椅的出游项目。

最主要的一点，为特殊人群提供徒步项目还是一种有公益性质的活动，能帮助他们融入社会。





©供图/pixabay.com：漫步在中国南海边的美奈沙丘（越南）