国际山地旅游联盟
International Mountain Tourism Alliance

国际山地徒步旅游发展指南

International Mountain Hiking Tourism Development Guide



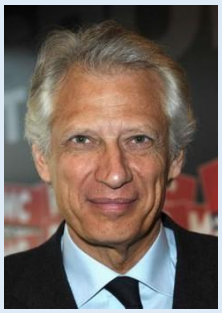
国际山地旅游联盟
International Mountain Tourism Alliance

“感谢所有为本项目做出努力，并让它变得有意义的人。”

熊猫国际
SPORTS TOURISM MEDIA

国际山地旅游联盟委托运营商

“建设一个可持发展的旅游业。”



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。



“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
曾任中国驻联合国前代表

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。

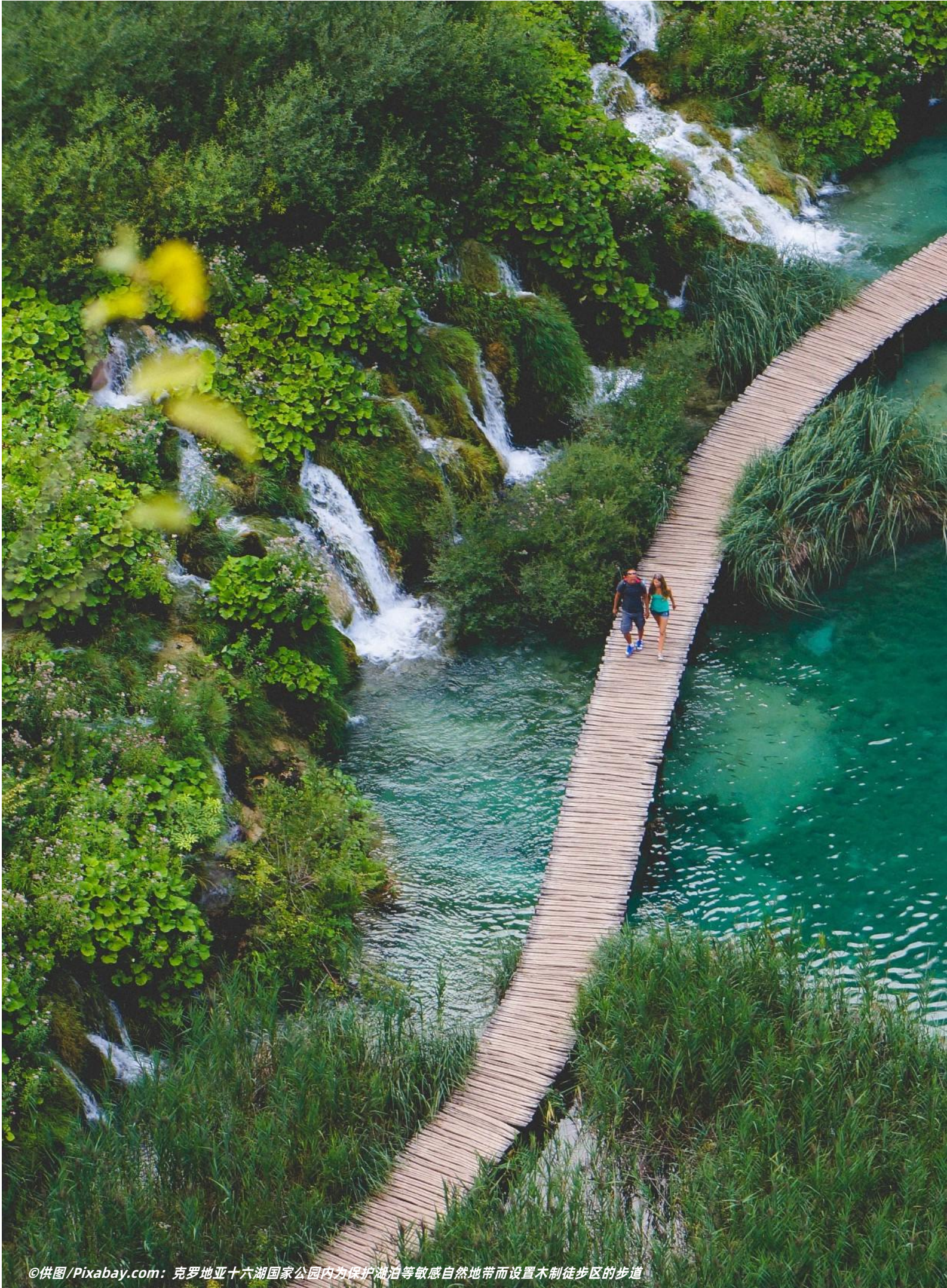
开放，比如新旧丝绸之路。这条世界性的道路，一直促进着各民族之间的联络，以及商业和文化的交流。

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，本国际山地旅游联盟（IMTA）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



他们的话……



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

“各类在运动场外进行的步行项目促使我们回望过去的奥运会。比如 1896 年雅典奥运会的马拉松和 1908 年伦敦奥运会的竞走。而未来，徒步运动将成为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

“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



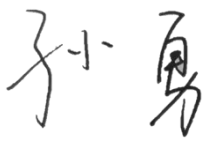
“黄山，让自然体验更加多元”



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

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额尝试。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作出自己的贡献。





©摄影高宁（Serge Koenig）：安徽省黄山步道上的步行者（中国，2017 年）



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

“霞慕尼，一个创新和体验的大熔炉”



Eric FOURNIER
霞慕尼勃朗峰市长

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。



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

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前主席

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：专家 http://www.tekenessi.fr/
Lieutenant StéphaneBOZON 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--*https://perso.univ-rennes2.fr/claire.crublet*--法国
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人
YvesLESPERAT：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、欧洲徒步者协会主席副主席
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 - *www.inca.com* - 美国
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

审读委员会

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
WANG Xiaoning：法国萨瓦大学运动休闲法硕士、熊猫国际董事长

为本书内容做出贡献的部分市镇和协会

欧洲徒步协会
FIE
Schwäbischer Albverein
勃朗峰地区 市镇社区
FFRandonnée www.ffrandonnee.fr
ardèche LE DEPARTEMENT
ALSACE 旅游目的地
上阿尔卑斯省

目录 CONTENTS

01 PAGE 01
研究范围

02 PAGE 05
历史悠久而大众化的活动

03 PAGE 11
当地和旅游业的绝对优势
自然-日益增长的需求
有多少人在本国徒步？
有多少游客在假期进行徒步旅行
对旅游运营商和从业者而言充满机遇的市场徒步
对欧洲的影响
对北美的影响
中国的潜力
徒步工具及装备市场
徒步旅行未来可期

04 PAGE 45
其他国家、其他管理和组织模式
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-环境合作伙伴关系

05 PAGE 85
跨境步道，欧洲徒步者协会
50年历史，汇集来自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 PAGE 105
根据当地的吸引力开发步道项目
世界级的吸引力
区域级的吸引力
本地级的吸引力
环境修复
从步道品牌到知名区域

07 PAGE 142
今日趋势：家附近的徒步旅行
家门口的“微度假”
大自然、徒步与新冠疫情

08 PAGE 152
“徒步+”与“步道+”
徒步+
步道+

09 PAGE 169
徒步活动分类与徒步者类型
徒步分类与徒步道类型
徒步者的类型

国际山地徒步旅游建设指南

International Mountain Hiking Tourism Construction Guide

研究范围

1

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

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。

这种从步行——这一人类古老的习惯演变而来的运动十分有趣，这种演变过程引发了各国对相关问题的思考，并提供了针对性的解决方案，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，其目的是介绍国际上的参考案例，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。

在阡陌之上
徒步旅行

N

S

越野跑



研究范围



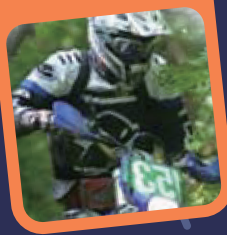
竞速徒步



简易铁道攀



摩托化



机械化



骑马











沿小路及步道的徒步旅行：本研究未涉及

轻户外包括徒步和骑行，体现着一种质朴的精神，骑行和徒步可以在同一地方同时进行。



当徒步者和采用其他较快旅行方式（如越野骑行或山地自行车）的人使用同一条路线时，两者之间可能会出现紧张的关系。因为，有些旅行方式可能会干扰其它道路使用者或危及其它道路使用者的安全。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，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。

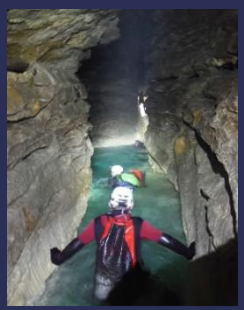
其他形式的轻户外旅行

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，包括雪地徒步、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。







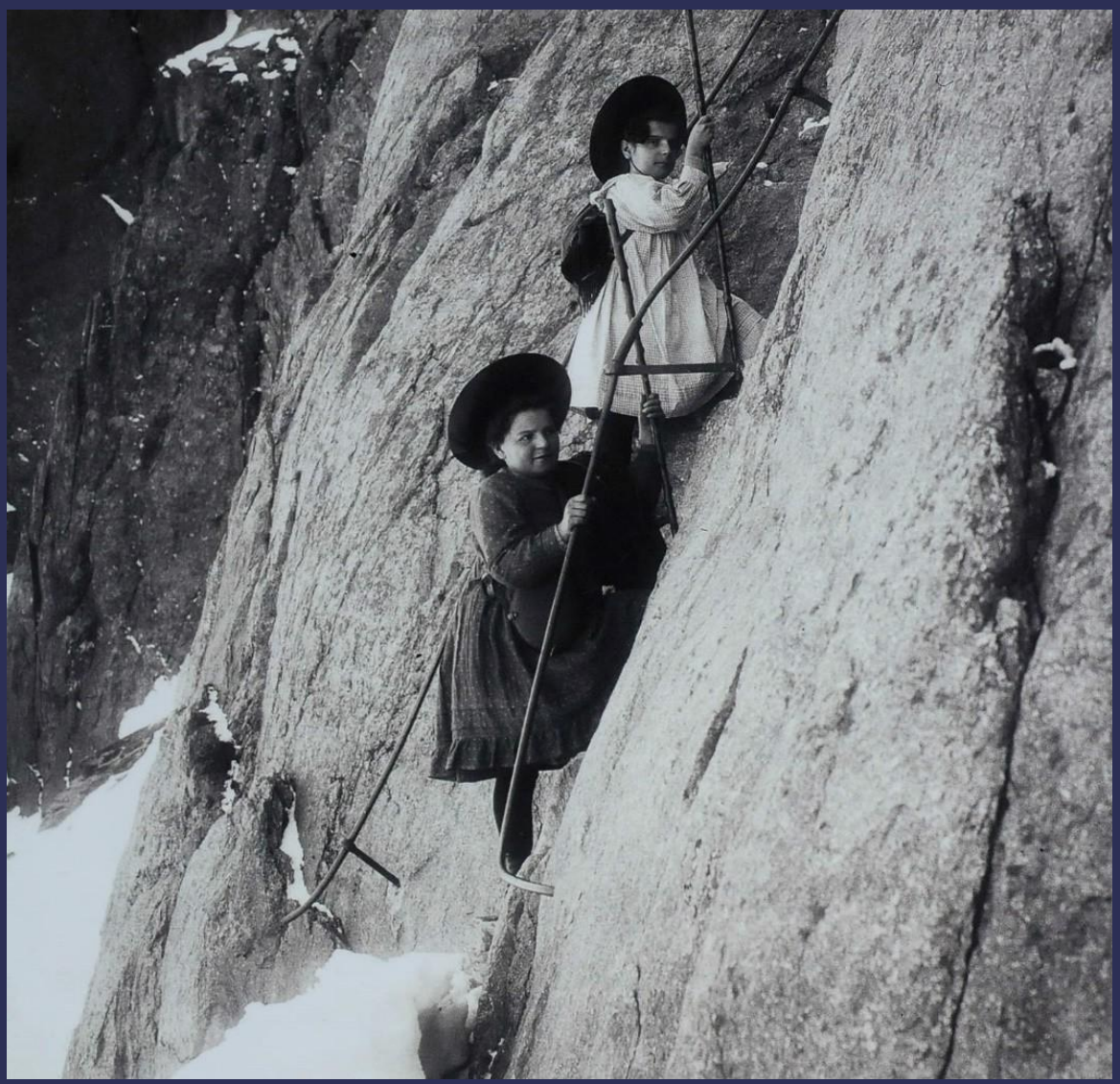






历史悠久而大众化的活动

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进各类人群、各种文化之间的距离。在**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。

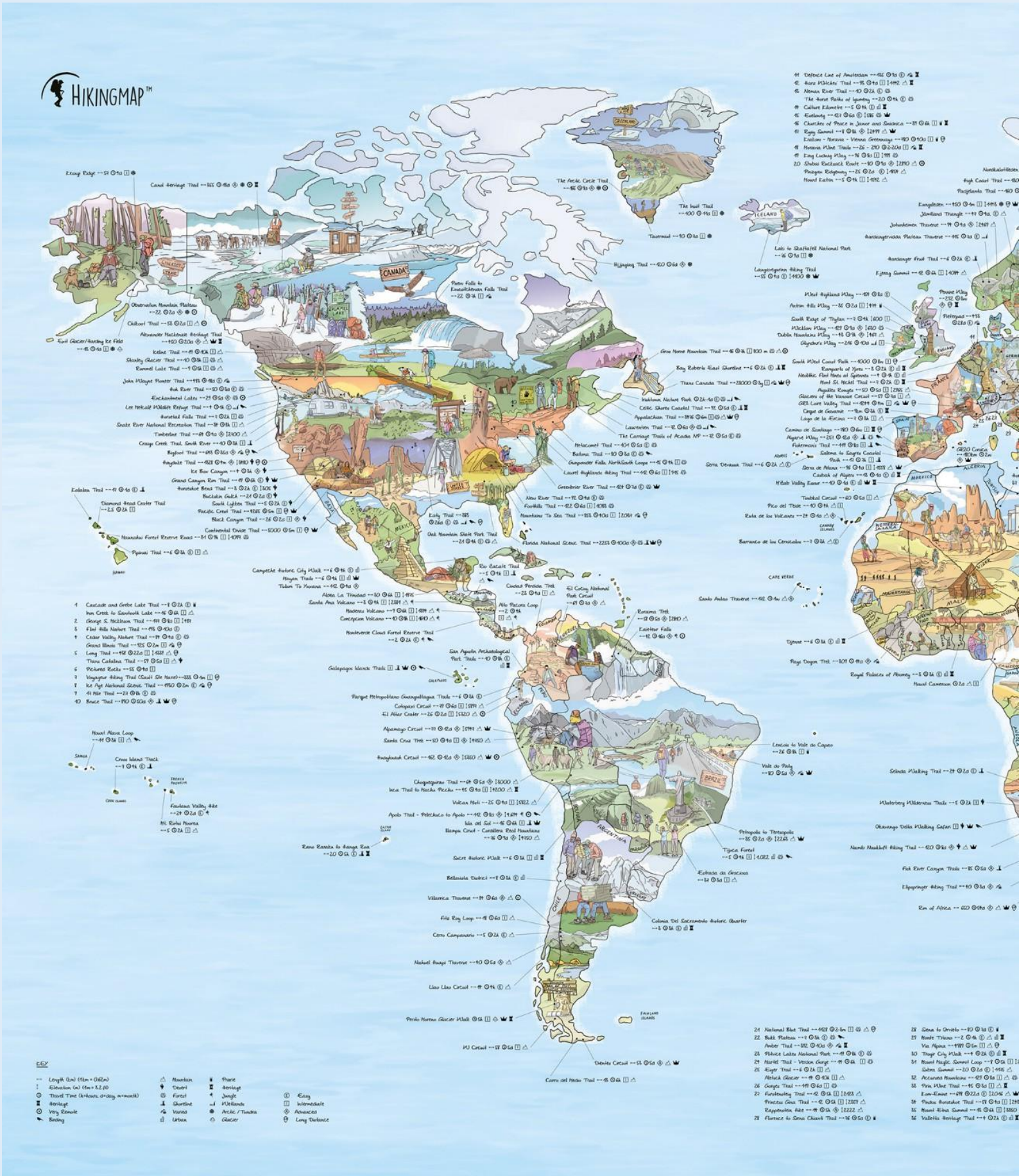
众所周知，徒步一直以来便是五大洲常见的出行方式，最初的徒步是由于贫穷、流浪或具有宗教性质的朝圣，而具有现代意义的娱乐性徒步活动则出现于十八世纪的**西方**，从当时徒步修士最早的修行记录中，从当时在大自然汲取灵感的画家、哲学家及诗人的作品中便可以看到一二。十九世纪出现了早期的徒步旅行俱乐部和早期的徒步旅行规划项目，以便大规模开发、维护和划定多条旅行路线。二十世纪，由于带薪休假的出现与推广，以及私家车、火车的出现促进了旅游及休闲活动的普及，徒步旅行得到了极大地发展。

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，甚至对公共健康来说，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。

徒步涉及村庄……
徒步涉及省……
徒步同时还涉及到国家层面……
甚至事关整个大洲和全世界。

徒步旅行极其简单，极具普遍性，您只需迈步前行。


HIKINGMAP™
KEY
Length (km = 0.62mi)
Elevation (m) (1m = 3.2 ft)
Travel Time (4=hours, d=day, m=month)
Heritage
Very Remote
Birding
Mountain
Desert
Forest
Shoreline
Marina
Urban
Prairie
Heritage
Jungle
Wetlands
Arctic / Tundra
Glacier
Easy
Intermediate
Advanced
Long Distance
CANADA
GREENLAND
ICELAND
MEXICO
CUBA
BRAZIL
ARGENTINA
CHILE
PERU
COLOMBIA
FRANCE
SPAIN
ALGERIA
MOROCCO
LIBYA
MALI
MAURITANIA
NIGERIA
CAMEROON
ENGLAND
IRELAND
SCOTLAND
WALES
Canal Heritage Trail --165 ⊙48a
Kenny Ridge --51 ⊙41a
The Arctic Circle Trail --82 ⊙8s
The Inuit Trail --100 ⊙44s
Tasermiut --90 ⊙8s
Hiking Trail --420 ⊙6d
Lake to Sheffield National Park --16 ⊙4a
Laugavegurinn Hiking Trail --55 ⊙4a
Fjaerg Summit --12 ⊙6h
Observation Mountain Plateau --22 ⊙2a
Chilcoot Trail --53 ⊙22a
Alexander Mackenzie Heritage Trail --150 ⊙20h
Earl Glacier/Harding Ice Field --15 ⊙6h
Iceline Trail --19 ⊙10h
Skeeby Glacier Trail --10 ⊙3h
Rummel Lake Trail --9 ⊙6h
John Muyer Pioneer Trail --155 ⊙16s
Elbow River Trail --30 ⊙3d
Enchanted Lakes --29 ⊙5s
Lee Metcalf Wildlife Refuge Trail --1 ⊙4
Horsetail Falls Trail --2 ⊙2h
Grand River National Recreation Trail --38 ⊙8h
Timberline Trail --48 ⊙4a
Craggy Creek Trail, South River --10 ⊙3d
Bigfoot Trail --285 ⊙35s
Hayduke Trail --1628 ⊙9m
Ice Box Canyon --4 ⊙3d
Grand Canyon Rim Trail --19 ⊙6d
Horsetail Bend Trail --3 ⊙2h
Rockskin Gulch --2.1 ⊙2s
South Lighten Trail --5 ⊙2h
Pacific Crest Trail --9265 ⊙6m
Black Canyon Trail --26 ⊙2d
Continental Divide Trail --5000 ⊙5m
Kalalau Trail --19 ⊙4s
Diamond Head Crater Trail --2.5 ⊙2h
Nounakai Forest Reserve Roads --84 ⊙3h
Pipiwai Trail --6 ⊙3h
Yellowstone Nature Park ⊙2h-4d
Celtic Shores Coastal Trail --92 ⊙5d
Appalachian Trail --1836 ⊙6m
Laurentian Trail --12 ⊙6s
The Carriage Trails of Acadia NP --32 ⊙5d
Matacomet Trail --431 ⊙5s
Barkana Trail --110 ⊙3s
Gunpowder Falls North/South Loops --45 ⊙4h
Laurel Highlands Hiking Trail --142 ⊙6s
Greenbrier River Trail --124 ⊙3d
New River Trail --92 ⊙4d
Foothills Trail --122 ⊙6s
Mountains To Sea Trail --853 ⊙40s
Florida National Scenic Trail --2253 ⊙40s
Katy Trail --385 ⊙26s
Oak Mountain State Park Trail --24 ⊙4h
Campeche Historic City Walk --6 ⊙4h
Mayan Trails --6 ⊙4h
Tulum To Xcaret --142 ⊙4d
Aldea La Tinidad --30 ⊙6h
Santa Ana Volcano --8 ⊙4h
Maderas Volcano --9 ⊙6h
Concepcion Volcano --40 ⊙8h
Nicaragua Cloud Forest Reserve Trail --2 ⊙2h
Rio Escazu Trail --5 ⊙4h
Cinchona Peninsula Trail --23 ⊙4d
Alto Pacora Loop --2 ⊙6h
El Cotzy National Park Circuit --69 ⊙3d
Guanacaste Historic City Walk --6 ⊙4h
N



当地旅游业的绝对优势 3

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替代大众旅游的良性模式。徒步旅行是一种分配游客流量的工具，能够在空间维度和时间维度上产生经济效益。

章节目录

3.1 自然——日益增长的需求
3.2 有多少人在本国徒步？
3.3 有多少游客在假期里徒步旅行？
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

当今世界，56%的人类面临着越来越大的城市压力并生活于提倡速度和效率的数字化社会中，因此，自然徒步能成为一种强烈的价值观，甚至一种备受追捧的需求，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。徒步不仅仅让参与者置身于大自然，最重要的是通过让参与者在大自然里锻炼身体来消除和摆脱日益增长的日常生活压力。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。徒步的喜爱者也正在稳步增长。

一些徒步文化浓厚的国家，甚至将这种与自然的重新联系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 Fedaia 的步道上徒步旅行（意大利，2014 年）

3.2 有多少人在国内徒步？

从全球范围来看，一个国家的“人类发展指数”越高，当地居民就越倾向于进行休闲运动式徒步。

***人类发展指数是涵盖国民健康与寿命、教育水平、生活水平（包括人均 GDP）的综合指数。**

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：Statista2016 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：StatistaetStats-Japan2018）



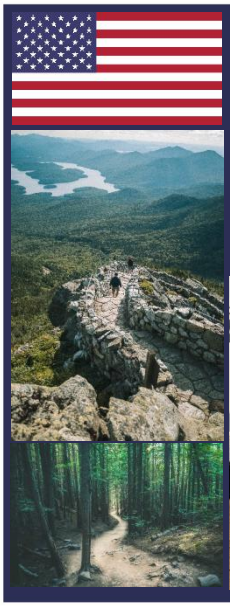
南美洲-秘鲁

- 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）

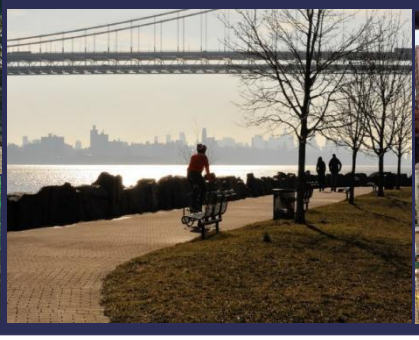
当地社区使用各种类型的步道，满足不同使用者的广泛期望。很多相关参与者（行政部门、市政当局、协会、联合会、私人经营者等）都认为，徒步市场潜力巨大，并将以指数级的速度发展。

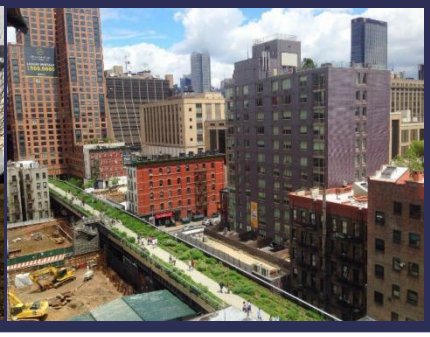
地方使用实例：纽约步道



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，旨在确保公民正常参与步道的规划与管。2019 年，据该委员会估计，当地用户每年使用附近步道开展活动的天数超过 1.8 亿天。





除了当地居民外，还有一部分来自其他地区和国家的徒步游客使用这些步道。

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徒步旅行，他们中既有德国人、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）

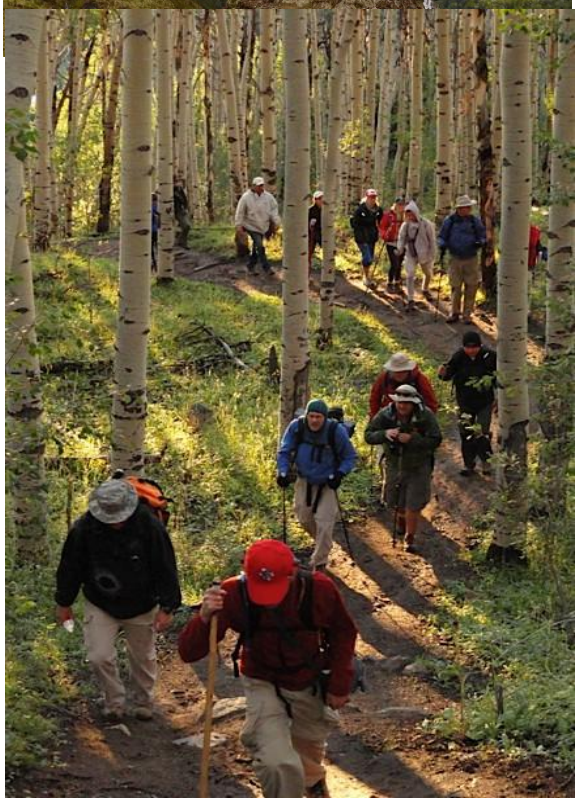


©摄影/高宁（Serge Koenig）：在阿尔卑斯山红峰（法国，2020）

3.3 有多少游客在假期里徒步旅行？

正如我们所了解的那样，徒步和户外旅游不仅在许多国家社区成为最流行的一项休闲活动，也促进了当地的旅游业发展。热爱徒步的游客从其他地方来到这里，可以选择简单的短途徒步或具有运动性质的多日徒步，从而找到徒步行走的乐趣。





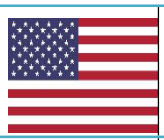
新西兰堪称其中教科书式的范例。这个国家凭借一下两方面来发展国内和国际徒步游：

- 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；
- 徒步路线：新西兰有 14000 公里的步道，9 条贯穿南部和北部诸岛的多日徒步路线，提供从几个小时到一天不等的一系列徒步选择。

根据新西兰旅游局的统计数字：

- 有 73%的外国度假游客选择健步走或徒步游；
- 14%的人表示健步走和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；
- 那些到新西兰健步走和徒步游的旅客比其他旅客停留的时间更长，花费也更多。徒步游客花费为 3000 美元，其他游客为 2800 美元。平均而言，徒步游旅客停留时间为 19 天，其他非徒步游的旅客停留时间为 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。

徒步游深受新西兰旅游市场各大主要领域的欢迎。长距离徒步备受德国和英国游客青睐。

国籍						
徒步游客和漫步游客百分比%	29%	15%	11%	7%	6%	3%
从结构的类型来说%						
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）

来自澳大利亚、美国、英国和德国的 45 岁及以上的人群是新西兰徒步旅游市场的重点目标客户。这些游客在旅行时更看重自然风景，而且他们当中的一部分人是经验丰富的徒步高手。

第二大目标群体是从澳大利亚、美国、英国、德国、日本和中国来新西兰旅游的游客，他们会在停留期间选择徒步旅行。徒步可能并不是他们的主要爱好，但是如果有一个机会让他们能够参与这个运动，并且可以在时间和能力范围内让他们拥有良好的体验感，那么他们就会产生徒步旅行的想法。

他们的共同点是希望能够沉浸在自然环境中，并通过利用下列内容按自己的节奏去感受自然环境：

- 可以亲近大自然、野生动植物和风景；
- 步道和环境多种多样；
- 当地人热情好客，可以与当地社区交流，以及有专业的当地向导可以陪同旅行。

新西兰全国范围内徒步旅游业取得成功的关键之一是新西兰环保部（DoC）与新西兰旅游局之间的密切合作，有条不紊地向重点目标客户推广这一户外市场。



除了维护和开发步道网和组织相关服务外，它们的营销策略还包括对在满意度调查中获得好评的步道进行推广宣传（通常是通过社交网络进行）。因为朋友和家人的推荐是通常是人们在选择度假目的地时的决定性因素。



©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）



©供图/pixabay.com：野外露营地的夕阳（加拿大）

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和旅行社而言，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，“徒步旅行”度假的方式正吸引了越来越多的年轻职场人士。







欧洲许多小型旅行社设在徒步者必经的天然区域内，通常是在山脚下（例如法国的格勒诺布尔和里昂）。尽管面临线上预订的激烈竞争，这些旅行社仍然生意兴隆。他们的优势是菜单式、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。这些旅行社更喜欢面对面与人接触，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。他们提供的产品不同于传统的旅游，新潮、可持续且负责任。一方面是客户群体不同，另一方面是与传统旅游路径不同。徒步旅行在整合公平旅游、农业旅游、生态旅游、轻旅游这些基本概念方面起到了名副其实的作用。它同时符合从业者和客户的期望。欧洲人在国内进行为期 3 到 4 天的团队徒步旅行每人需要 350 到 600 欧元（含向导和装备），一次简单的出国游需要几千欧元，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；南极洲动物主题徒步旅行；哥斯达黎加公平旅游；慢旅游，全球性趋势）

专业徒步



与喜欢自由行的当地徒步者不同，一些游客会寻找向导提供服务，一方面可以确保徒步旅行顺利安全地进行，另一方面，专业人士对途经地区的知识可以提升徒步的趣味性。这类步道方面的专业人士就是“高山向导”。他们在运动徒步、健身、自然、企业、儿童、残疾人、长途徒步旅行等方面提供专业服务。这类服务为套餐产品或一日游产品范围内的消费项目。针对专业人士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 名持证高山向导，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，半天的价格为 430 美元。每位专业向导接待的团队人数不得超过 10 人。高山向导主要的国家级机构是“瑞士山地向导协会（ASAM）”，其使命旨在捍卫这一职业的权益。

asamoswl
山地向导 Accompagnatori in Montagna Wanderleitar

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。山地向导主要机构为“全国山地向导公会”。

SNAM
山地向导全国工会

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。它们同样加入了国际山地领队协会联盟（UIMLA），该联盟帮助开展该项经济活动的国家协调和该行业的规范。

由于向导协会负责招揽客户，徒步/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——“高山向导”。如今，法国有 1600 名在职的持证高山向导，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。

这些徒步行业的特点之一就是他们与游客之间直接联系，不通过中介。这种没有中介的关系，有利于提高当地从业者在这项活动中的收益。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一项主业或副业，如老师、商人、工匠、饲养员等。



安第斯山脉社区赢利的模板（秘鲁）









2006 年，奥桑加特山（Apu Ausangate）的村民在库斯科（Cusco）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。

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。

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。

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。

因此，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）当地政府共事多年后，“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，全部收益都用于人力资源建设、儿童教育、环境恢复和保护区的保护。

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。这些人全部来自当地山区，经过培训和资格审查后，在工作中有同理心，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，能秉持保持保护当地生态系统和景观的价值观，以及认同合作的社区文化。

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 名女性。其他 70 多名家族成员作为独立承包商直接为 Andeanlodges 旅馆工作。收入占到了羊驼养殖户全年收入的一半以上。



该公司最初合作的社区有 Quechua、Chilca 和 Osefina。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，已经成为了秘鲁旅游的一个打卡地标。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。总体而言，库斯科的旅游业受益于这个新兴的旅游目的地。

“Andeanlodges”项目依靠着古老祖源的传承，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。

当地一些地接社专门从事户外活动，特别是接待徒步游客（参见第 6.1 章）。该地区及下辖的许多市镇、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，并从而吸引徒步游客。

阿尔萨斯-孚日山脉（Alsace-Vosges）徒步旅游市场的营销主要依靠提供巡游路线（徒步游览该地区的多日徒步游）的旅行社。拥有此类服务产品的社会经济主体包括：

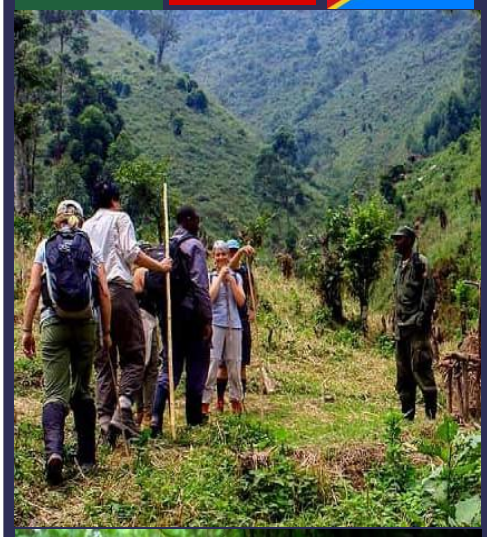
- 当地 2 家旅游运营商；
- 法国其他地区 7 家旅游运营商；
- 国外：10 家德国旅游运营商，8 家英国旅游运营商，比利时、荷兰和卢森堡的 3 家旅游运营商，丹麦和瑞士的 2 家旅游运营商。

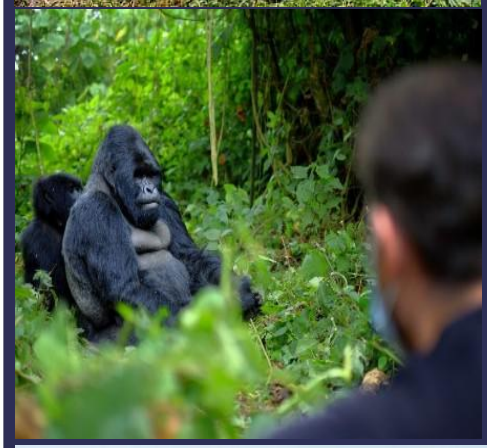
提供的产品主要是七天游（600 欧元起），但也有提供停留更短时间的产品（4 到 5 天），包括：

- 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）







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，最广受好评的就是生态游，一些生态游产品可以在为东道国的旅游运营组织者和经营主体带来外汇收入的同时，还可以为濒危旅游和自然遗产的保护提供资金。被 OMPE（世界环保组织）列为“濒临灭绝物种”的大猩猩就是这种情况。

在相关非洲国家，从旅游业带来的外汇收入超过了偷猎或开发大猩猩森林栖息地产生的利益那一刻起，这些最后幸存的大猩猩便受到了当地从业者的保护。为了实现保护大猩猩这一目标，有 10%至 20%的旅游收入回馈给了当地社区。不过，这种善意观念本意是想使动物习惯与人类共处，结果可能会让动物更容易受到狩猎活动的伤害。

徒步游客要近距离参观大猩猩，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“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，建设步道可能意味着高昂的成本。即便步道维护工作全部或部分由当地俱乐部的志愿者团队完成，也同样需要投资（参见第 4 章）。

尽管如此，徒步活动仍然值得投资。管理完善的公园和步道有助于提升社区利益，并且具有重要的经济意义。实际上，徒步游客在徒步旅行之前、之中和之后都会“消费”当地的风景、特点、路线、服务和接待。这些活动可以创造就业机会，并有利于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，可以刺激创业、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休闲机会，以及不同的交通选择。

尽管实施方式多种多样且收益分散，其经济影响很难量化，但却是实实在在的。

鉴于其巨大的赢利能力，许多地区都在步道上投入了资金。

一些徒步者选择在停留在一个地方，在附近徒步旅行，每天晚上再返回住处（也就是所谓的“入门级”徒步旅行）。另一些徒步者则选择“巡游”，也就是徒步穿越某些地区，有时徒步长达数百公里，而且他们通常不会连续两个晚上在同一个地方过夜。以法国为例，据隶属于体育部的国家自然体育资源中心估计，有 27%的徒步旅行者选择这种所谓的“巡游”方式。



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（参见第 5 章）。

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。另一条同一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”。

如果只考虑“老好人之路-GR107”，这一投资回报率更是 10 倍之多：由于游客吃住行每天花费 50 欧元，因此在这条经常使用的路线上每投资 1 欧元就能获得 40 欧元的回报。“老好人之路-GR107”西法两国跨境步道是该地区主要徒步路线。

这些经批准并在旅游产品中予以推广的徒步路线所经各国对此了然于心。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



瑞士估计有 270 万徒步游客，每年花费 16 亿瑞士法郎。这一数字包括装备购置费用和现场花销（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）

这几条历史宗教徒步路线连接多个圣殿，其中包括一些西方规模最大的基督教圣殿。

它们的创建要追溯至中世纪时期，途经西班牙、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，每年有来自 114 个国家的 70000 名徒步朝圣者途经位于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）——这里仅有 1800 名居民。该项活动为当地经济带来了约 300 万欧元的收入。来到这里的“高端”游客越来越多。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）其中的一条步道长 155km，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 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，即平均每位徒步者花费 1014 欧元（比 2015 年上涨了 5.8%）；
- 花费的大头（1.724 亿欧元）在于朝圣本身的开支（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。

许多社区都在据理力争，声称自己所在的城市是“自古以来官方”的朝圣出发地，以吸引更多的徒步旅行者。但是，据一管理局下辖的步道观察机构的数据显示，不同步道和不同国家的人流量存在十分明显的差异。该管理局负责管理德孔波斯特拉朝圣之路（Chemins de Compostelle）的相关路线。位于西班牙境内的“法国之路”步道发展迅速，以至于不少徒步者开始为这条路线的过度商业化而感到遗憾。虽说具有“民俗化”风险的朝圣旅游会对徒步旅游和景点的质量和真实性产生不利影响，但其他未经商业化的步道实在是门可罗雀。

（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。以美国为例，经过对步道赢利性的精确分析，其步道系统非常完善，路网规模庞大，基本都可以免费使用和自由出入。而且，步道在驱动内陆地区经济引擎方面起着举足轻重的作用。

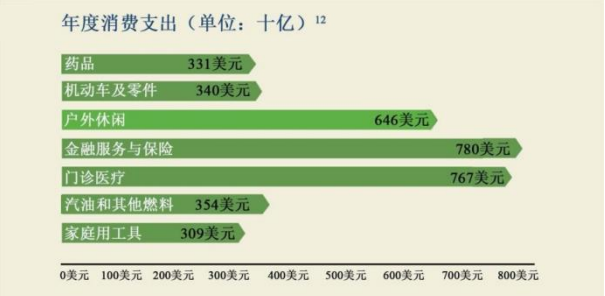
据美国户外产业协会（其成员协会包括美国徒步旅行协会）2012 年估算，美国全年户外休闲（涵盖所有户外休闲和运动，徒步旅行仅仅是其中的一项）产生的经济价值为：

- 总花销 6460 亿美元，其中 810 亿美元来自步道休闲活动（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 亿美元来自步道相关的休闲活动交易。与此同时，随着这些休闲活动促进货币在各种经济活动中的流通，“倍增效应”或“涟漪效应”每年带来效益达到 1.6 万亿美元（其中 1960 亿美元来自步道相关休闲活动）。基于同样的推理，所有户外休闲活动在全美共创造了 1200 万个工作岗位。

另外，即使是在经济不景气的时候，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长方面起到了重要作用。尽管当前面临新冠带来的公共卫生危机，但户外、自然和步道方面的需求仍呈上升趋势（参见第 7 章）。



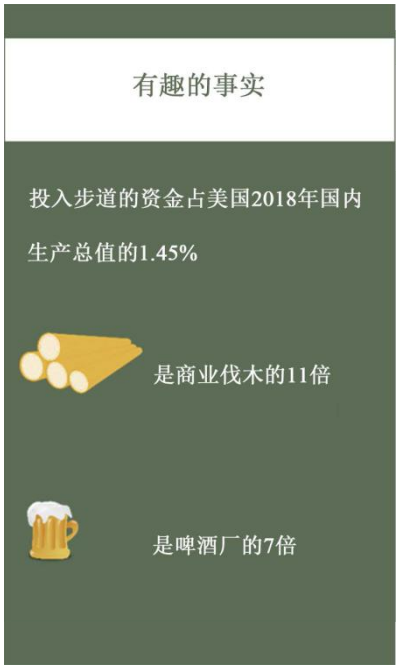
户外休闲每年产生的直接经济效益[13]

	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

左侧给出了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（用作步行、徒步和自行车骑行）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）提出了一些建议：“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”。





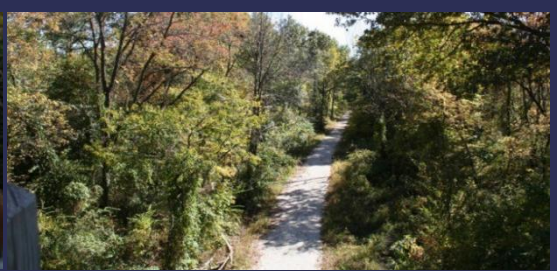


（来源：华盛顿州休闲和保护局，2009 年 1 月 9 日）

附加效益

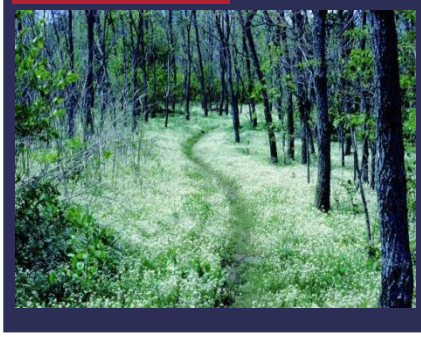
步道、社区旅游设施为当地带来了可持续的价值，有助于提升其吸引力、居民生活幸福指数和宜居性。步道、公园和开放空间同时也会对财产价值产生直接而积极的影响，这有利于创建具有经济价值并注重自然的街区。全美住房开发商协会（National Association of Homebuilders）2008 年开展的一项调查显示：“步道一直都是潜在业主所追求的主要社区配套设施”。有 57%的潜在购房者在购房时提到了步道，甚至排在了公园和室外游泳池之前，相比于包括安全性、高尔夫球场、公园和商店在内的其他 16 种选项，免费开放步道的可用性以压倒性的优势胜出。





步道产生巨大效益的案例

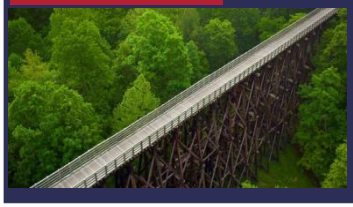
位于弗吉尼亚州的阿巴拉契亚国家风景步道（美国）



- 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）

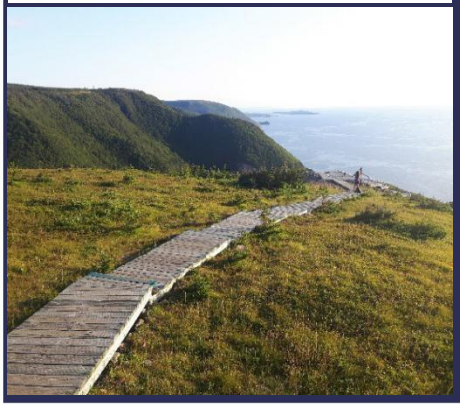
位于弗吉尼亚州的弗吉尼亚登山步道（VIRGINIA CREEPER TRAIL）



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）

HIKE NOVA SCOTIA
PICTOU COUNTY



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多功能户外体育旅游步道（徒步、骑马和骑自行车）：这是一条长 37km 的全新步道，已纳入跨加拿大步道网中。这条新建步道沿线可以邂逅野生动物，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对于户外爱好者而言更具吸引力的目的地，他们会为我们步道沿线的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，“这条步道将为我们的社区提供一项新的休闲设施，有助于居民的健康生活。此外，当游客使用这条步道并在沿线社区花费时间和金钱时，我们也将从中受益。”

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选择。在这方面，中国具有得天独厚的优势。中国 76%的领土被山脉覆盖（其中包括喜马拉雅山、天山、兴都库什山、喀喇昆仑等世界上最大的山脉以及无数的自然保护区），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。

尽管这些地方并未设立路标，开发维护步道网，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针对 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（一位徒步爱好者可能会多次出行）。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的花销（出游、住宿、餐饮、组织安排等，不含购买个人装备）介于 150 到 1500 美元之间。由于该项调查的对象是俱乐部和发烧友，因此，调查主要涉及的是在可自由出入的步道上的徒步旅行。

中国的徒步俱乐部对于全包徒步游的收费标准通常为周末游每人 75 美元左右，一日游每人 30 美元左右（至少 30 人的团队游）。



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



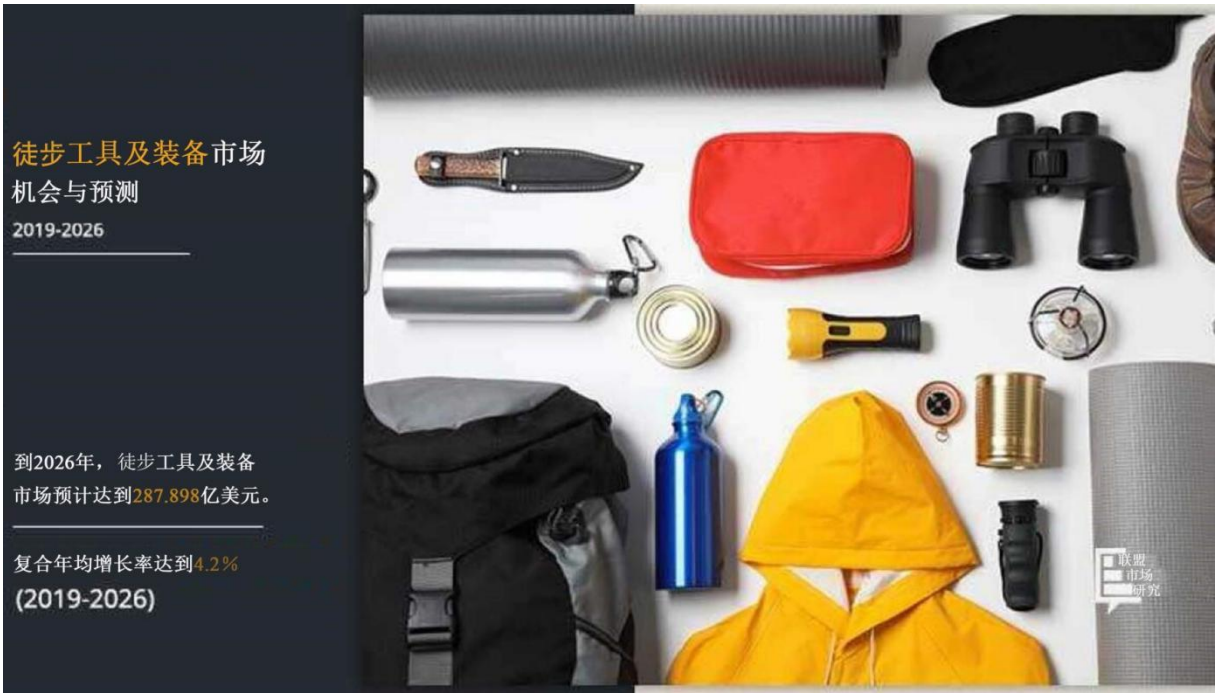
©摄影/高宁（Serge Koenig）：阿坝自治州四姑娘山双桥沟徒步游（中国，2013 年）

3.8 徒步工具及装备市场

专门的徒步裤子和上衣、背包、徒步鞋，这些是徒步最基本的装备，预算约为 250 美元。这是基本的“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。

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宏观经济参与者。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。越来越多的原本不经常开展徒步活动或其他户外运动的城市居民将徒步和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，但一项市场研究预计于 2019-2026 年期间，徒步行业最大增速将出现在亚太地区。2018 年，这一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，在未来几十年还要考虑一些其他社会因素。

- 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（他们有更多的时间旅行，购买力较强，四季皆可旅行等等）；
- 在现代文明的漩涡中，人们对幸福健康的渴望越来越普遍。

几乎在各种人口、气候和土地使用条件下都可以证实徒步活动和户外休闲活动参与人数未来将增加，而且未来花时间在步道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（更高效的装备、GPS 等等）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保持同样的增长，以防步道成为稀缺因素或是陷入大众旅游的怪圈。此外，关于新建步道网络的规划也属于这一前景展望的一部分。
- 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机会减少；
  - ✓ 使用冲突加剧；
  - ✓ 私有土地上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；
  - ✓ 休闲机会的可行性；
  - ✓ 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，管理方可能会越来越多地面临步道出入进一步规范的局面，这一前景可能会令人不愉快且不得人心。

- 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和旅游步道的可控开发目前是并且一直会是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


徒步的
优势？
社会和社区效益
经济效益
多样化
可持续
位置分散
使周围环境的增值
环境保护
促进大众健康
促进相关教育发展

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的方式，而在另一些国家则不尽然。

许多国家都有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。

徒步旅行步道在一些国家受法律保护，而在其他一些国家则不受保护。

徒步旅行在许多国家更偏向于是一种旅游活动，而在其他一些国家则更偏向于一种当地的休闲娱乐活动。

那么，这些完全不同的国家是怎样对步道和徒步旅行进行管理和组织的呢？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）

4.1 美国



“美国徒步，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（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。这不只是说说而已，该项目得到了国会和美国人民的支持。

因此，1968年美国颁布了国家步道体系法案，并于1978年进行了修订，旨在促进步道发展、确保其可持续性，并规范了以下几类步道：



- “国家风景步道”：长度100英里（160公里）以上，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。这类步道由联邦、各州或地方政府建设、运营并归其所有，但由国家负责管理，同时优先考虑通过公共监管来保护环境；
- “国家历史步道”：这类步道在历史路线的基础上建设，与前一类步道采用相同的体制，同样长度较长，但不超过100英里；
- “国家休闲步道”：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。“美国步道”法案所附报告中提及，建议每50000名居民配置25英里（40km）的便民休闲步道。
- “公园和森林步道”：面向大多数使用者，可供徒步、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，保护土地所有人免于承担赔偿责任，从而促使他

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融资系统，以吸引大量捐款。“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，设立于1998年，旨在应对处理积压日益严重的步道维护工作，基金帮助了数百个基层组织获得保护美国重要徒步步道所需的资源。AHS的使命是确保持续提供优质的徒步旅行体验，迄今为止，它资助的步道维护项目有192个，资助总额达55.8万美元。

自然保护区徒步

美国有12%的国土面积属于保护区（占全球保护区面积的1/10）。在这些保护区中，国家自然公园有62个，总面积约21万平方公里。这些国家公园大多数都是免费开放的。它们由国家公园管理局（NPS）负责管理，该管理局共运营419个受保护的公园和景区，其中只有116个收取门票。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。游客绝大多数是美国公民（外国游客占比根据公园的不同从4%到14%不等）。他们在遵守规则的前提下可以自由使用1.8万英里（2.9万公里）的步道。但有些公园需要获得许可才能在野外过夜。

美国农业部下属的美国国家森林局负责管理155个国家森林、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）。

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），这些步道所占土地有些属联邦政府所有，有些属各州政府所有，还有一些属私有土地，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，他们使用的步道（其中一部分是纳入法律保护的国家休闲步道、国家风景步道或历史步道）超过1500英里（2400公里）。

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：

- 联邦政府所有土地上的国家步道里程数增加了一倍，各州政府所有土地上的国家步道里程数则增加了两倍；
  - ✓ 位于联邦政府所有土地（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）；
  - ✓ 位于各州政府所有土地（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（背包客）将近1000万；
- 催生了大量公共与私人合作伙伴关系，同时鼓励了公民利用徒步旅行经验助力步道和社区环境的管理和维护：美国国家风景步道和历史步道每年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。这些仅仅代表美国境内大多数最长也可能最著名的步道，除此之外还有1244条总长达24800英里（40000公里）的国家休闲步道。所有这些步道均为联邦政府步道，纳入了国家步道系统。但是，另外还有成千上万公里的州立步道、地区和当地步道未列入国家步道系统。这些步道对于其所在的社区都是必需的，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，那就是满足人们步行或骑自行车出门等基本交通需求。无论是步行上学的儿童、上班的成年人或放学后去运动场锻炼的青

少年，人口聚集地内或其附近的步道都能满足“美国步道”初期报告中的所有预期需求。

尽管美国联邦公路管理局（美国运输部下辖机构）不负责任何步道的管理，但该机构提出了休闲步道计划，该计划是交通替代方案计划的一项子计划。休闲步道计划（PTR）提供部分资金，用以资助各地区当地休闲步道的建设和维护。

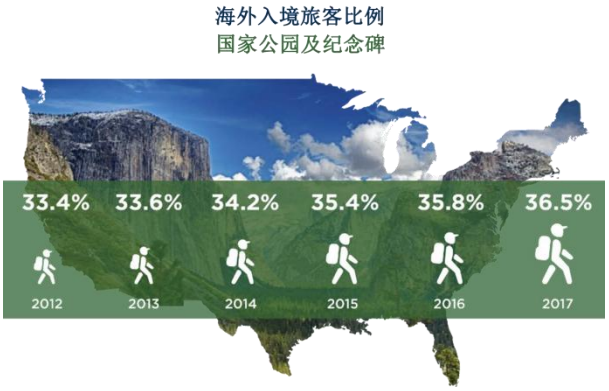
美国社会使用率最高的步道一般位于使用者住所附近60英里（96公里）范围内，其中30%距离住宅区不超过15英里（24公里）。这些信息在一定程度上表明了在住宅附近规划步道的必要性，以便更多的人可以使用步道，并从中受益。

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，对于到美国旅行的国际游客，国家公园的吸引力与日俱增。

这部分徒步游客也让旅行社、专业机构和陪同向导等徒步旅行行业的专业人士从中受益，很多参观都是采用步行的方式。



2010年，美国官方尚未出版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。这些按路线难度划分的针对徒步和长途远足导游培训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，美国已有超过700名向导通过了认证。



（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）



©摄影/Pixabay.com：在被誉为日本精神之心的熊野朝圣古道徒步旅行（日本）

4.2 日本

与在日本执教的法国国家山地向导培训师François 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山区的徒步旅行为蓝本。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。

与斯堪地纳维亚国家不同，日本不允许民众任意进出某些自然风景地区。天然公共场所内绵延数量公里的步道可供所有徒步爱好者或散步者自由、免费、平等通行。而使用私有土地上的步道则需要征求土地所有人的同意。并且，步道外的越野徒步通常是被禁止的，尤其是在国家公园中。

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地产上都是违法的（约3000处专门露营场所除外）。但是，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。很多地方部门允许人们在野外露天过夜，前提是不会损害或干扰自然。

许多景点倡导步行爱好者在徒步之前进行注册登记，他们需要填写一张表格并投入步道入口处的信箱中，该表格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。一些都道府县已经强制要求徒步登记，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

日本70%的国土面积被森林和火山覆盖（因此，进行任何徒步旅行之前都必须了解火山活动情况和攀登的危险性），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。山上还有数量众多的神社，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属于私有地产，其主要目的是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。

在指定区域内，以下行为法律明文禁止，并通过具有日本文化特点的礼貌用语“请……”予以提示：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没有设置垃圾桶。

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，人口集中在1/3的国土内。其余均是山区。因此，朝气蓬勃的徒步文化自然而然地在该国兴起，这与其地理环境和城市高度集中的背景息息相关。

庞大的休闲运动步道网络提供了多种多样的可能性，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。这一庞大步道系统的倡议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。



大量在“婴儿潮”出生的人们即将退休，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，该国的步道网络经过精心设计，确保每个人都能“量身定制”自己的徒步旅行。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，全程步行需要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、体力不足和走错方向。救援工作一般由警察和消防员开展。但根据情况，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，强烈建议人们购买适当的保险。

25%的日本人喜欢散步，其中10%的人会定期徒步旅行。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四国（Shikoku）遍路（巡拜日本四国岛境内88处与弘法大师有渊源的灵场）。

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。

向导分属于大约五十个当地向导协会，并全部加入全国性协会——日本登山向导协会（拥有1800名会员和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、住宿点和补给点管理也是步道产生的收入来源之一。一些山间小屋有屋顶，免费提供水和厕所，可以作为庇护所使用，但许多庇护有专人看管和运营，收取过夜费并出售餐食，而且其中一些是私有财产。徒步旅行者也经常使用“住宿加早餐”类型的民宿、传统小旅馆或朝圣沿线的宿坊（寺庙住宿）等设施。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就是它的伟大之处。”

徒步旅行的法律环境

瑞典有一项可以追溯至中世纪的原则，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），它确立了大自然是属于所有人的“共有财产”。该项权利允许人们走遍境内所有公共和私有土地（私人空间除外，且前提是不得造成滋扰），使每个人都可以在遵守环境伦理道德的前提下享受大自然的各种风景，这种道德基于个人的辨别力和责任感。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”。这名研究员也是徒步爱好者。不过，他也指出，这项权利必定伴随着责任，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，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，但只能出于非商业目的。而且，不得破坏或采摘保护物种或脆弱物种，这是一条广泛适用的原则。

但是这样的原则只有在通行人员的行为完全合规且人数较少时才可行。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

瑞典有3100个自然保护区和28座国家公园，14.5%的国土面积都属于保护区。

公众自由通行权并非百分百适用于这些公园和保护区，必须优先考虑生态保护和徒步体验质量。这些公园和保护区有专门的规定，游客和徒步者必须严格遵守。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，以便有人呼救时能够更好地定位。

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和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，设有中途入口和出口，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，旨在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，协会成员大约有58000人，口号是Känn ditt land（认识这个国家）。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。协会还承担了大部分步道维护工作。此外，协会还管理着一个预订平台，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；
- 瑞典自然环境保护协会（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负责，警察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）与多所大学合作，制定专业资格授予方案，提供专业教练和旅游向导的培训和认证。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。

专业人士还可以享有法律保障，每个人在享受自然风景的同时也可以向客户推广，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。一些活动开展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。组织者坚持“不留痕迹”的原则，也就是说，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，这些行为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。“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，与徒步活动相比，冲突更多涉及机械化活动（山地自行车） 和机动化活动（4x4越野摩托车）。

如果亲近大自然的权利已经沦为了经济发展和推广户外活动的工具，那么如今面临的挑战是需要确定旅游业可持续发展的框架。因为国际经验告诉我们，任何地方若是出于商业利益开展运营大众旅游，就会产生基本伦理问题，那就是人类希望赋予地球的意义——有些人想要地球变成“超级市场”，而另外一些人则想要把它当作一座“大花园”加以保护。





©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，徒步者可以自由免费通行，且所有人一视同仁。无论是公共场所的步道，还是那些由步道所有者与地方当局或当地负责开发徒步旅行的机构签署了通行协议的私有道路，都适用这一原则。这类通行协议中应明确约定借用财产的布置、标记和养护职责及责任事项。如果没有签订协议，徒步者就不能使用私有道路。在任何情况下，使用者都必须正确行事，遵守当地法规，尊重环境、尊重附近居民的权利，爱干净、爱护动物并保持安静。

按照规定，如果经证明承担徒步线路布置、标记和养护任务的一方在履行其职责时出现过失并造成了损失，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），事项会涉及省政府、其他地方当局、协会等多个当事方。如果徒步者在活动时冒失轻率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13.5%的国土面积被列为自然保护区，其中3%为重点保护监管区域。公众可以散步及徒步的同时，游览风景优美之地。另外，这些地区还有许多专门标记的步道和徒步线路，以及专门接待徒步旅行者的招待所。

除非公园管理机构明文禁止，否则徒步旅行都是免费开放的，但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当局承担，人们对出于非商业目的收取低价门票获取资金的做法一直存在争议。

大众徒步领域

成立于1947年的法国全国长途远足步道委员会如今已更名为法国步行远足联合会（FFRP），这是一家公益性质的非营利协会。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。该联合会定义了三类线路：长途远足步道（GR®：通常是穿越全法、某个地区或某座高地的线性路线，需要步行数天）、地区性长途远足步道（地区性：比GR规模小一些，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组织管理各种形式的徒步旅行：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、定线员和协会负责人提供培训。

FFRP制定了多项从事徒步活动和步道布置技术的基本规则和章程，然而并不强制要求全国各地的团体和俱乐部加入FFRP并遵循其制定的标准（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户外运动中心联盟（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范围内的小径和步道。

徒步商业化领域

专业徒步管理需要收取报酬，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。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）负责颁发该证书。

山地徒步向导（AMM）在各个地区（不管是不是山区）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。

- 有许多旅游社以及高山地区徒游的运营商提供“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



“徒步去更好地领略巴尔干半岛核心地带广阔的大自然。”

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（远足）的组织。欧洲南部的塞浦路斯、西班牙和葡萄牙基本也有这样的组织。



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，算不上高山国家。

徒步的历史

在社会主义时期（1945-1990年），亲近大自然是完全免费的，因为除了极少数零星地块外，没有私人土地所有者。当时大量步道得以建成，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，步道系统才划出了界限。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。

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1500km）和“E7”（长2000km）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，由俱乐部开辟并维护。这些俱乐部有时会获得塞尔维亚登山协会或当地社区提供的部分支持。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

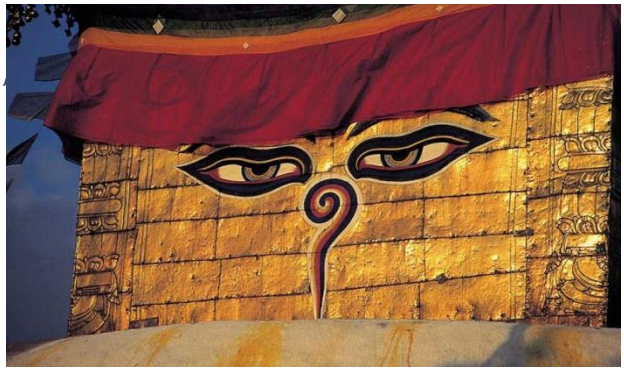


与尼泊尔旅游局工作人员Awadhesh K DAS合作

“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都允许“背包徒步者（FIT）”进行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“高山徒步”游客每人10美元，个人“高山徒步”游客每人20美元。

自然保护区徒步

除TIM和管制区可能需要的特殊许可外，进入自然公园及保护区、国家公园等也需要付费。这类门票费可以在从加德满都出发前向旅游机构购买，也可以在公园入口处购买（这种情况下通常会产生额外的费用）。

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）。

尼泊尔本国公民徒步领域



尼泊尔人大多居住在乡下，每天步行去工作或朝圣。根深蒂固的古老文化传统加上美丽的风景是这里旅游业成功的王牌。

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，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，方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。为，尼泊尔还成立了尼泊尔山地领队协会联盟（NMLA），以聚集未来的国际山地领队（IML）资质持有人，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进行尼泊尔的培训及认证专业审查。

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1100万外国游客中，有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%。

当地有2600家徒步旅行社拥有尼泊尔旅游、文化和民航部签发的执照，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，目的是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徒步旅行者或自然灾害受灾人群的救援工作。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）。

协会的使命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，协会还愿意帮助政府更好地规范徒步活动。与尼泊尔高山徒步向导协会（TGAN）一样， 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）。



协会的行动计划会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，从而可以在将来更好地构建管理徒步旅游市场。这一充满活力的市场目前受到了新冠疫情影响，2020年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）”道路中途会经过自然保护区，比如秘鲁北部的瓦斯卡兰（Huascaran）国家公园，或是Nor Cochas Yauyos保护区，作为公园管理机构的国家自然保护区管理局（SERNAMP）（隶属于环境部）会收取游客门票，用于步道保护。

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。印加古道最出名的路段还途经马丘比丘古神庙以及Choquekiraw保护区等文化保护区，文化部也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，同时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由当地社区和市政当局负责进行维护，不收取任何费用。大多数步道都是如此。只要在保护区，徒步者就需要聘请向导，向导这个职业也越来越专业化。徒步者在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，秘鲁成为了第一个加入国际山地领队协会联盟（UIMLA）的南美国家，该联盟汇聚了各国已通过国际标准认证的山地徒步向导协会。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。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，更多的人从事信息服务行业，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，从每天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，以这种方式庆祝安第斯新年的到来。接着，朝圣者踏上40千米长的小路，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“APU Ausangate”神山上观赏日出，神山的水滋养着库斯科盆地的山谷和居民。



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%，国内旅游则为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。由于旅游路线通常是徒步路线，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 Boivead www.tekenessi.fr/: 在Isola国家公园徒步旅行（马达加斯加）

4.8 马达加斯加

与 Laurent BOIVEAU（www.tekenessi.fr/）合作



“岛国漫游”

徒步旅行的法律环境

严格来说，马达加斯加并没有专门针对徒步旅行的法规，其境内徒步活动的组织有两种截然不同的选择：国家公园和其他地区。



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

- 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90%的国土总面积（面积比四川省稍大一点），远足和高山徒步则受“惯例”约束。这种约定俗成的规则通常就是法律真正的起源。另外，人们也需要：

- 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，还通过禁止在保护区域内放牧、违规焚烧秸秆来促进生长等措施保护环境。

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收费。

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，只要是生活在首都的当地人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

规定并管理徒步旅行及出入步道所经土地的法律法规和国家组织机构构成了该项活动的总体框架。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土地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。

其中一部分收入重新投资用于步道设施维护和服务改善。维护和开发新步道由股东负责，并采取共识决策程序进行决策。

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西澳大利亚公园和野生动植物处，隶属于生物多样性保护和景点部。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，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，甚至露营区也是免费的。商业化营销模式包括基金会和沿线当地社区出售各种服务（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）管理（新西兰）



这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。

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

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）

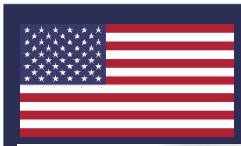


©摄影/Association Club Vosgien：孚日山脉（Vosges）旺特龙（Ventron）保护区步道上正在工作的

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，志愿服务都是维持步道高质量和向所有人开放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，报告指出国家风景步道和历史步道相关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%由带薪工作人员完成，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


缔造徒步圣地的要素有哪些？
规范且开放享受大自然的权利
受保护的可持续步道
公共权利机关的支持
社区参与并收益
国家制度框架
良好的宣传
步道维护体系
社会和经济盈利性
预防和救援体系
全民参与
保护生态
活动组织
培训

跨境步道/欧洲徒步协会

5

欧洲的徒步旅行是很有说服力的例子，值得探讨。19世纪，德国出台了最早的关于规范休闲旅游徒步的政策。

开发和维护步道的俱乐部诞生的初衷正是为了出去放松、发现历史、探索自然遗产，当时世界上除了几条跨越多个地区的主要朝圣路线外，彼此之间的联系甚少。以徒步旅行者为代表的步道开拓者活动范围基本还是在自己的国家。

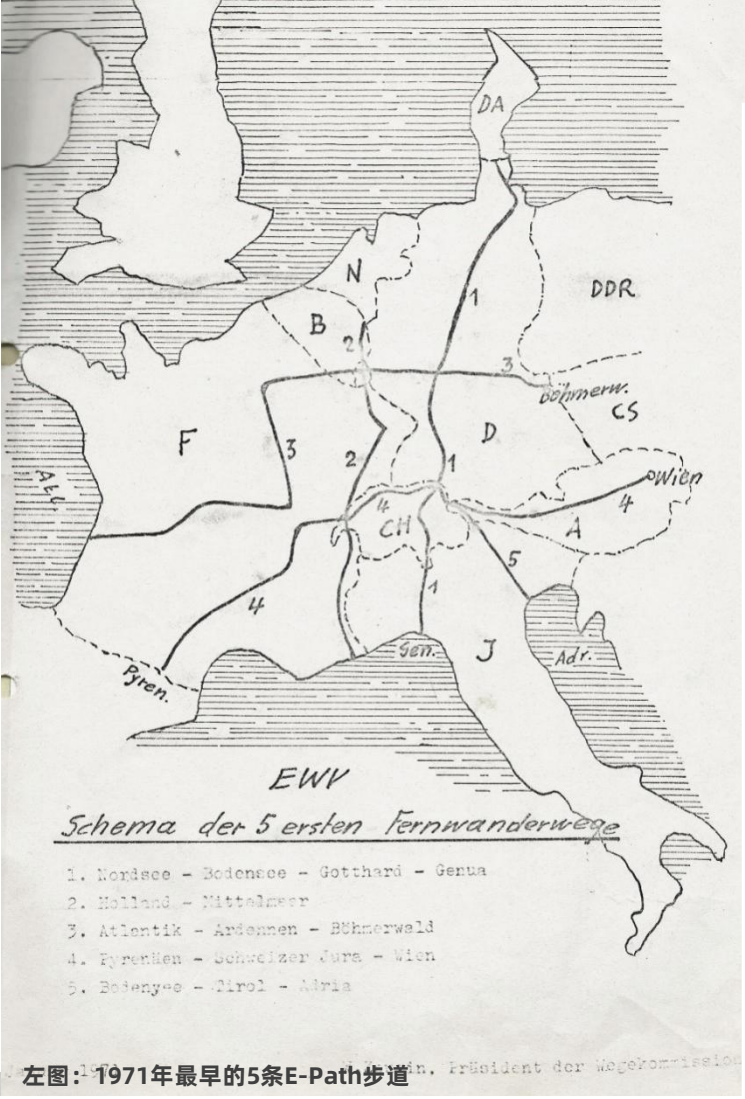
第二次世界大战让各国人民之间握手言和、交流和见面的意愿更加强烈。大自然和步道成为了人们的首选场所。从那时起，国家或地区层面的步道开始发展成为“徒步路线”，同时也成为了欧洲各国的共同财产。于是，在欧洲大陆建立一个国际性联盟组织的“大胆想法”就诞生了。来自5个国家（德国、法国、瑞士、比利时和卢森堡）的八家协会成为了这一联盟组织的“创始人”。

作为过去发动战争的责任方，德国积极推动步道建设，希望能够通过徒步旅行和欧洲各国和平交往，远离过去的隔阂。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，是拥护整个人类社会的平等公民”。

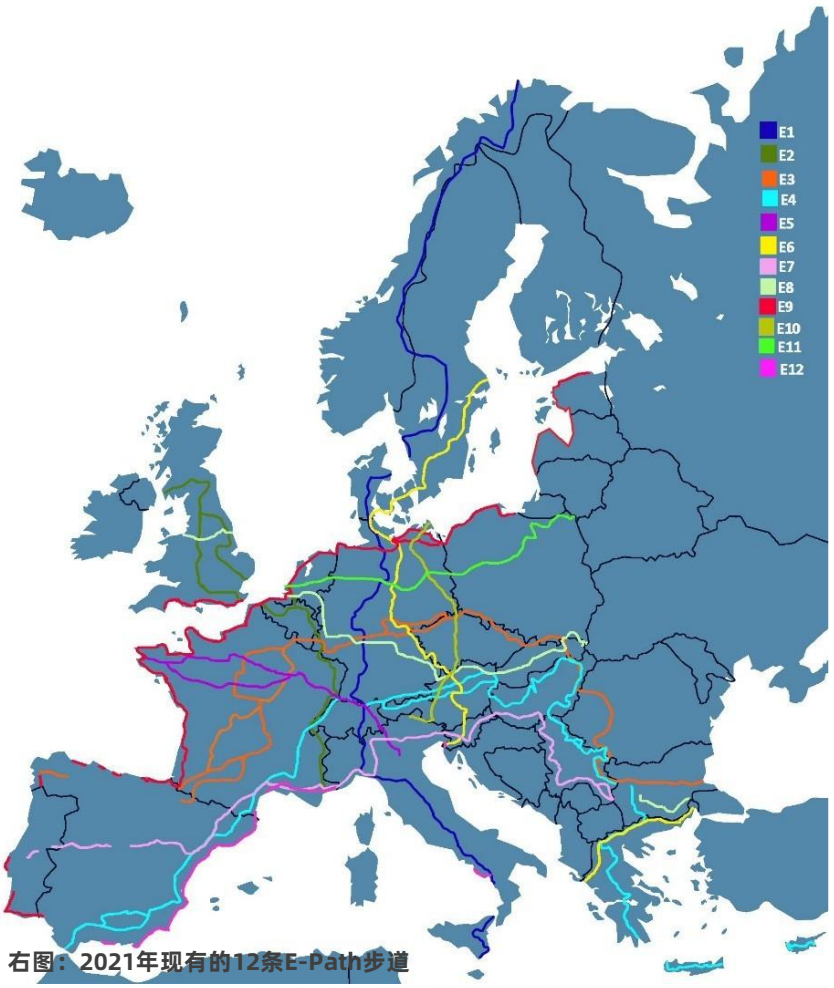
章节目录

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



右图：2021年现有的12条E-Path步道



© Schwäbischer Albverein, 1888年成立的徒步者协会（德国）

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，还有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，需要建立方便徒步者通行的开放步道和路线网。其中一项目标就是向有关当局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，或者是国有财产；
- 什么是路线： 是指设计师设想的在步道上徒步旅行的线路，在地图上绘制，实地标记并向所有徒步者开放的线路。

欧洲计划建设5条跨国路线，并组成网络，于是开展了初步规划工作。作为该项目牵头人的德国开始用自己的语言，将该计划称之为“E-Wege”，也就是英语“E-Paths”。项目也提出了几大原则：

- 路线沿现有的徒步步道设置，这些步道风光秀美，途经多个地区和国家；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，甚至是俄罗斯的北冰洋，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。步道迎来了一批长途徒步旅行者，他们梦想徒步全欧洲。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，将工作重点放在最初规划的6条路线的最终方案的确定和实施上：

- 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，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，也不全然会优先考虑泛欧步道（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，仍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（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，包括步道条件、标志、野餐场地设施、为徒步者提供的服务等内容是欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）当前的一个重要目标，工作任务是艰巨的。但最终目标仍然是确定步道方案并提升整个步道网的能力，这是一项长期任务。

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有助于从当地政府、旅游局以及地区和国家级机构为步道争取补贴。

欧洲徒步协会的主要任务之一就是协调统一这一雄心勃勃的跨境国际步道方案。





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

一条正在建设中的独具特色的国际路线的历史……

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。地中海历史知名专家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。希腊人、罗马人以及后来中世纪时期地中海各国人民在各个国家相遇，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，或者其他等等。

正是在这片人才济济的土地上诞生了围绕地中海沿岸创建沿海步道的想法，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”命名的项目提交欧洲徒步协会（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，彰显了将这一雄心勃勃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，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、识别所遇到的问题、标记设置草案等。

同时，意大利建成了第一段连接Infreschi湾的具有标志性的长度为6千米的“E12”路线。这座天然港口拥有3000多年的航行史，是本项目的核心。总之，欧洲徒步协会（ERA-EWV-FERP）正式批准了总体规划，地图距离为4600千米，初步涉及4个合作伙伴国家。

然而，“E12”步道还有很多部分仍然有待进一步了解。而且还有一些无法克服的困难：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等景观性和自然性较弱的广阔地区？是否可以乘坐船、火车或汽车等公共交通绕过这些不适合徒步穿越的地区？最终决定对这种可行性展开研究。

项目开发

2011年

在这一年，法国举行了标志性的6公里路段的落成典礼，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

再次轮到在意大利召开会议，会议桌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%）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，以便最终确定未来几年内穿越他们几个国家的方案。他们为已知且经常有人使用的地区级或国家级步道加上了“E12”标记。

这条地中海步道独一无二的特征和遗产资源促成了多项大型活动，吸引了欧洲和欧洲以外的徒步群体。

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，志愿者所在的各个协会的支持包括勘测绘图、实地考察、咨询、编制必要的文件等。这些志愿者还在没有任何外部专业和经济支持的情况下完成了选定步道的升级和路标设置工作。

实施中出现的延误和遇到的阻碍凸显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：

- 路线途经地区的地理位置识别和专业勘查；
- 从科学和法律角度对路线与生态系统的兼容性进行评估；
- 路线及路线局部路段所面向的目标徒步者；
- 各个国家的现行法规；
- 在实际开工之前需获得的批文和许可；
- 项目的社会和环境可持续性以及经济可行性；
- 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如此复杂的项目，将地中海区域联系起来，更不必说这个区域本就时常动荡，而且各国领土监管越来越严格。

理想的解决方案可能需要地中海沿岸国家建立统一的政治框架（如今尚不存在），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：

- 其包含的巨大文化意义；
- 它能够对地中海地区旅游业产生的重大积极影响；
- 地中海各国人民之间建立对话，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年举办了欧洲大陆级徒步接力活动。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，涌向欧洲的这座首都。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并取得成功。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路径的徒步通行权以及志愿者的适当身份，事实证明这些志愿者的参与是正式的而且是“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，然后加入了游行队伍，这个游行队伍由成千上万人组成，并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，作为欧洲传统主流徒步盛会，欧洲徒步大会（EuroRando）每隔五年举办一次。这一年，东道主是捷克共和国，大批徒步者从比利时、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。2011年，轮到安达卢西亚作为东道主时，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作为欧洲徒步领域的标杆。该标志于2012年揭牌，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 ofEurope）”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。该标志将为他们选择最感兴趣的步道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，使其了解如何按照规定的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，协会内部有代表欧洲徒步协会负责管理该标志的机构接收这些资料。接下来进行评定和审核。如果评定审核得出满意的结果，则授予该标志，有效期为三年。

该标志针对的对象包括国内徒步路线、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。分别从以下两个方面对路线进行评估：

- 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公里及以上距离对应的认证标志，所有相关路段每段都至少获得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4公里多个连续路段		
道路分类		**限定值**
1	天然小径：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	经稳定处理的小径：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：包括穿越无安全设施的公路	最多不超过50米
7	位于繁忙道路附近：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 有国家统一标记，前提是遵守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
10	与其他已标记的路线组成路网	最小2

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、岩块区、公园等。	最小值1 （如果更多，则得分加倍）
14	天然水道和水体 小溪、河流、江河、天然湖泊、大海	最小值1 （如果更多，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	最小值1 （如果更多，则得分加倍）
16	令人印象深刻的观景点 长期（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	最小值1 （如果更多，则得分加倍）
文化		**限定值**
17	城市美景 老城小巷、地标建筑、市场广场、长廊、小巷、乡村景色	最小值1 （如果更多，则得分加倍）
18	当地景点 从市区到市区所在的大区范围内著名的历史文化景点	最小2
19	周边有吸引力的景点 例如城堡、修道院、国家纪念碑等	最小值1 （如果更多，则得分加倍）
文明		**限定值**
20	大规模开发的环境 高度城市化、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	最小值1
22	公共交通站点、私家车 定时开行，至少每2小时一趟	最小值1
23	野餐场地 长凳、座椅、小木屋	最小值2

（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
每段路程的难度等级指示	容易、要求较高、中等难度、较难
人性化的路线入口 指示牌、专门的停车场	路线相关情况
流动性 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
住宿 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
行李运输	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
私人财产	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）

基本标准一针对完整路线	
基本标准	具体内容
天然小径	至少占全线的35%
难以通行的小径	最多不超过全线的5%，若为单独地块最多不超过1500米
混合覆盖物	最多不超过全线的20%，若为单独地块最多不超过3000米
途经繁忙的道路	最多不超过全线的3%，若为单独地块最多不超过300米
位于繁忙道路附近	最多不超过全线的10%，若为单独地带最多不超过3000米
路标	全线100%
多样性	8公里距离内至少2种变化
吸引力	根据13-19项任选标准，8公里距离内至少4处景点
大规模开发的环境	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

对于徒步者而言人性化的路线入口	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）
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）	每天至少2班

（来源：©欧洲徒步协会（FERP），2019年）



本章记忆要点


在欧洲徒步者协会看来，造就一条优质跨境步道的因素有哪些？
为徒步者提供清楚的信息
多种多样的自然景观
天然步道
很少途经大城市
完善的路标
文化、历史、美食等
很少有硬化路
交通设施
所有相关服务

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。这种吸引力独立于旅游业而存在，是这个地区的特殊印记。

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

- 探索发现类，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，即游客是景观的参与者，可以去寻找体验置身大自然的轻松愉悦。

以步道为主题的旅游及体育类产品特点是对当地吸引力加以开发，尤其是通过打造游览类、消遣类的徒步路线，并提供相关服务来实现开发。

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，则有助于将游客稳定在该地区，增加他们的粘性，吸引他们下次带上朋友前来。

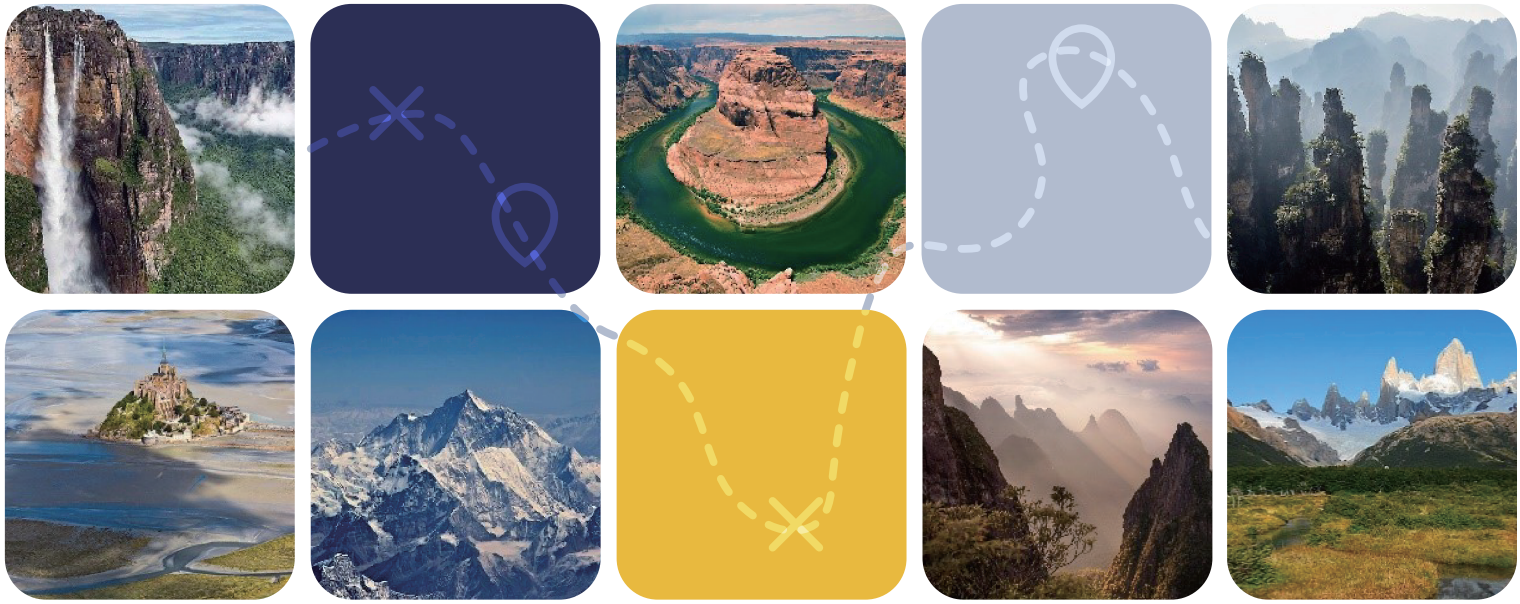
章节目录

6.1 世界级的吸引力
6.2 区域级的吸引力
6.3 本地级的吸引力
6.4 环境修复
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 世界级的吸引力



这些顶级旅游目的地本身就具有极强的吸引力，不需要人为开发。这些地区一般是原生态或半开发性质的，往往被列为保护地带。目前旅游开发、组织程度低的顶级景点一般都地处偏僻，交通不便。它们未经人为改造，与世隔绝，这类景点稀缺的优势吸引着一心寻觅独特旅游体验的自然爱好者、徒步者和背包客。

在营销活动的推动下，通过基础设施（例如，机场、公路、度假村、缆车、房地产综合体、休闲设施等）开发打造的顶级景点系统地吸引着大众旅游，尽管其经济收入可能相当可观，但也对当地生态和社会带来很大的压力。

如果说顶级旅游目的地的最大挑战是协调经济开发与自然保护的关系，那么就更需要在大众消费旅游与高品质的体验式旅游之间找到平衡。人流涌动的中心往往会吓跑那些喜欢在喜爱远离人群、亲近自然的背包客。

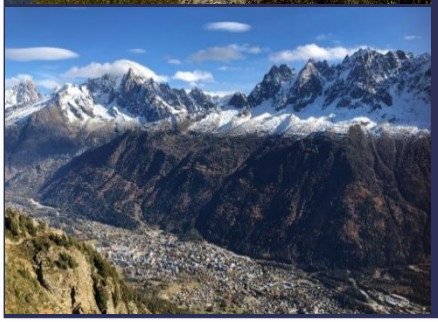
照片：
委内瑞拉安赫尔瀑布、巴西奥尔冈斯国家公园、处于中国和尼泊尔边界的珠穆朗玛峰、法国圣弥额尔圣殿、美国大峡谷、中国张家界石林、阿根廷巴塔哥尼亚山脉

顶级目的地的徒步旅行位置示例与组织示例









霞慕尼山谷（法国）
世界山地运动之都

霞慕尼山谷简介

- 面积347平方公里，辖4个市镇，拥有14000名居民，82000个旅游床位，50000套度假别墅；
- 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）；
- 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；
- 环勃朗峰超级越野耐力赛为世界殿堂级越野跑赛事；

徒步历史

1741年，两位名为温德汉姆和波科克的英国游客来到霞慕尼旅游，发现了从勃朗峰绵延而下的冰川，并将此记录在游记中，传遍了整个欧洲。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，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公里步道、170条带标识的路线（不含高山）；
- 大多数居民和500万游客每年都会徒步；
- 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）。

在整个奥弗涅-罗纳-阿尔卑斯（AURA）大区

- 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；
- 该地区为法国徒步旅行的上乘之选，有33,050公里长的带标识的步道；
- 1690名专业徒步向导居住在该地区。







徒步活动组织

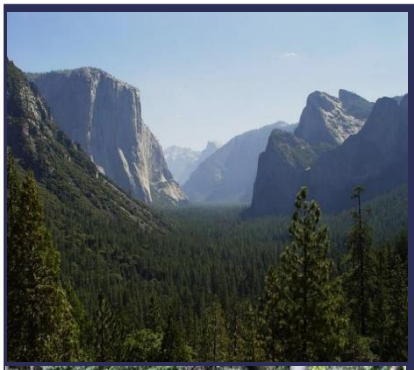
- 步道网络免费开放，因为自然界被认为是需要保护的共同财产，必须向所有人开放；
- 维护工作由15名代理人组成的市镇部门负责；
- 该地区唯一收费的徒步设施是迪奥萨兹峡谷悬空步道，建于1871年，由私人经营者管理，成人票6.5欧元；
- 自1958年以来，山地救援是免费的，由高山救援宪兵队负责，宪兵队的直升机提供支持（共38名专业救援人员，且有急救医生增援）。每年在霞慕尼山谷（从行政意义上讲，该地区下辖6个市镇）开展850次针对各类休闲活动的救援行动，其中140次针对徒步者（不包括雪地和高山）。
- 勃朗峰位于法国、瑞士和意大利三国交界处，根据三国救援组织之间签订的双边协议，出现险情时，三国应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

虽然很难，但必须在以下两点间找到平衡：

- 在某些地区，由于使用重型设备形成了大规模旅游工业化（5个相互连接的滑雪场、15个滑雪缆车等），以及跨境交流的加强（1965年投入运营的连接法国和意大利的勃朗峰隧道），导致谷底出现人工干预、过度城市化及过度拥挤的后果，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、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、
高山救援宪兵队（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，专门用于群众旅游，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，美国印第安族群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。这些小径最早的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：

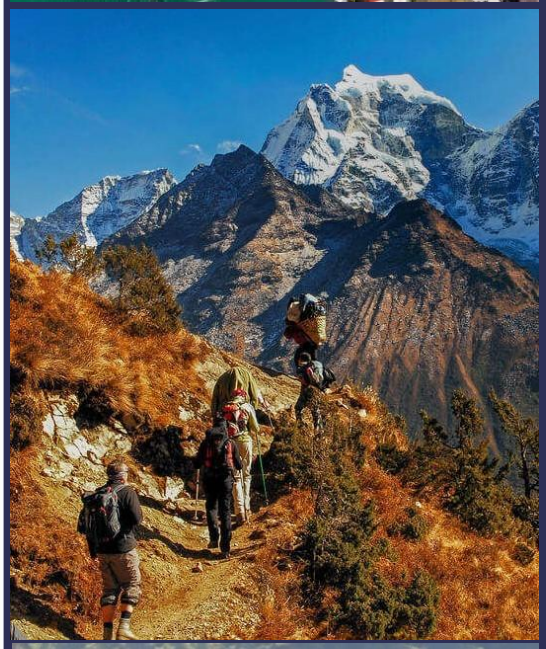
- 白天：所有步道免费开放，但条件是禁止吸烟、禁止生火、禁止乱扔垃圾、禁止带狗、禁止飞行无人机、禁止露营、禁止打扰或喂养野生动物、禁止打猎、禁止在步道外行走等。人类粪便应埋入地下20厘米深，且距离步道、露营地和饮水点300米外。禁止将食物存放在营地的帐篷或停车场的汽车里（每年有15至40起熊拆车事件的记录，违者将面临5000美元罚款，并被逐出公园）；
- 为期数日的徒步：必须持荒野证，费用为10美元。每个步道口每天限报25 人（含导游）。徒步团体不能超过15人，越野跑团体不能超过8人。每个步道口每天的限额在预订时确认，其余限额由抽签决定，通过抽签的方式民主选出幸运者。经过在线实时培训后，收件人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

- 总面积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；
- 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之行。20世纪60年代加德满都成立了第一批徒步旅行社。一方面，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。另一方面，这也给该地区的环境和文化传统带来危害（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，同时控制压力，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。







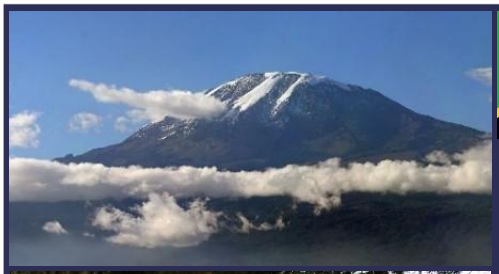
公园和步道组织

- 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是一个咨询委员会，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。

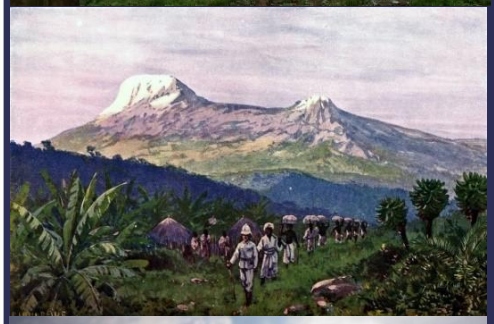
全世界关注的徒步项目

- 在2016-2020年管理计划中，该组织打算加强对徒步者和登山者行为的监管，进一步对景点破坏、非法采集木材、垃圾乱扔等行为进行预防，同时禁止使用直升机，防止步道和脆弱山体出现过度拥挤。
- 当地还面临气候变化这一严重问题，当地降雪量减少，季风雨的变化更加无常，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研究的重点。“季节在变，这里的一切也在变”，一位来自庞波切村的夏尔巴村民解释道（国际人文社会科学杂志2019年研究：ethnographic.org）。这句话使我们明白，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，徒步旅游是其中一个因素。
- 在新冠疫情的冲击下，该公园几乎完全停止了徒步活动，因此后疫情时代的任务就是让其恢复原来的状态。

（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

- 建于1973年，拥有1688平方公里的保护区，1977年开放旅游；
- 乞力马扎罗山是非洲大陆最高的山峰，海拔5895米，此外它还是一座火山；
- 这里有茂盛的热带草原，物种丰富，甚至有一些为濒危物种；
- 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，该地游客数量明显增加。

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，行程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。

公园内徒步组织

- 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、厨师和搬运工构成；
- 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/人(具体价格视旅行社而定），禁止自由徒步；
- 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，小费为徒步价格的10%或15%，徒步者直接付给陪同指导人员，由其自行分配。
- 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，如乞力马扎罗搜救公司 KilimanjaroSearch&Rescue，但最近政府已经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，同时便于对游客开展救援。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该用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。由于登山者的粗心大意，山坡上发生了一场大火。在被列为自然保护区之前，由于全球气候变暖和大规模的森林开采，该地土壤干燥，植被稀少。多亏山上有储水量巨大的冰盖平衡着生态环境与周围城镇居民的用水问题，因此分布在火山周围的城镇视这座火山为神山。1889年探险员首次登顶时，冰盖面积估计为12平方公里，如今只有2平方公里，预计将在10年内消失。

（资料来源：世界银行；坦桑尼亚大学2015年旅游硕士学位；
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

徒步是自然价值高的保护区的核心旅游项目，保护区的管理差异（设施、自然距离、规章制度）也折射出各国的文化差异。



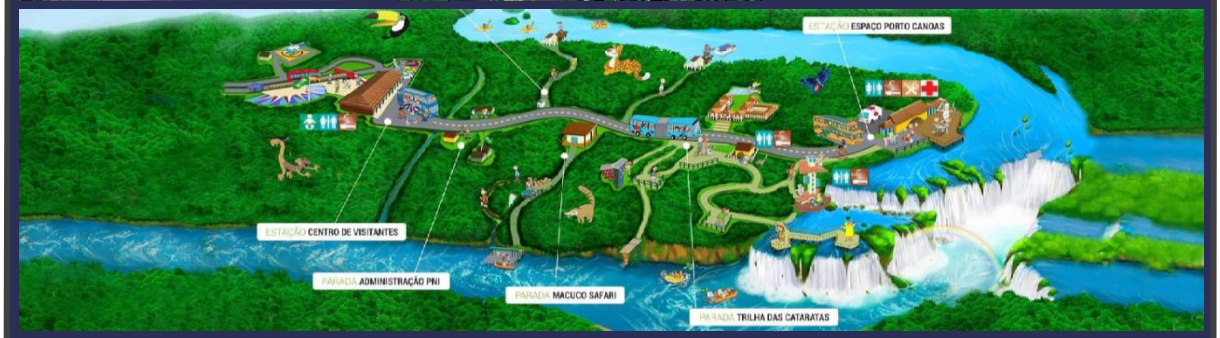
巴西和阿根廷之间的伊瓜苏国家公园

这是一处位于原始森林中的绝美景点。将游客引导至瀑布的步道仅为普通的步道，游客只能通过此步道前往观景。大功率的摩托艇可以从河边驶近瀑布，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。







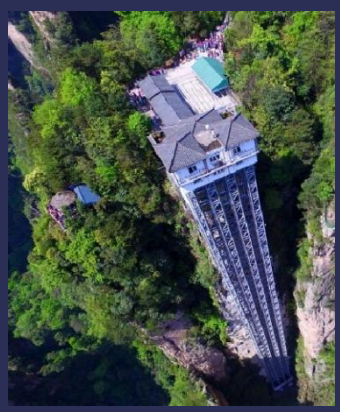




中国湖南省张家界

游客可以乘坐缆车、电梯，可以在悬崖上的玻璃步道上行走，步道上每隔一段距离便开设一些杂货摊。这里是一个宏伟的露天奇观。除重型旅游设施外，原始自然环境被完全保护起来，无法进入。









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。这里还可以开展攀岩、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

公路通往高山牧场的脚下，牧场内小路和步道纵横交错。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。

山区内可以进行各种户外活动，如高山徒步、攀岩、登山、滑翔伞、翼装飞行、皮划艇、冬季越野。在遵守公园规则的前提下，所有户外运动都是免费的，但高山小屋等服务项目除外。未在受保护的山体上设立任何重型设施。旅游量大，但很分散，总体较环保。

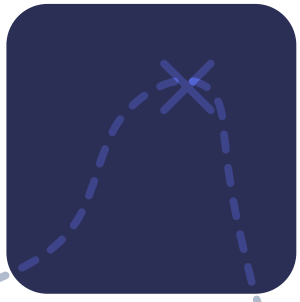






©摄影/pixabay.com: 阿尔卑斯山麓的徒步小道（瑞士）

6.2 区域级的吸引力






景观的多样性、受到保护的自然遗产、当地传统风俗、历史或文化遗产、热情好客的气氛等都是这些地区可以加以利用并创造吸引力的基础。

以徒步活动为载体开发这些优势，游客能够以自己的节奏游览当地，发现其丰富之处，他们可以与当地居民相遇，在农场用餐，品尝当地特产，他们可以感受工艺的魅力，体验户外露营等。通过徒步项目，一个地区可以利用无数种方法将自己呈现给游客。

游客可以是本地的和本区域的，但如果旅游产品质量上乘，而且发扬出当地的灵魂时，则也可以吸引全国和全世界游客。

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

区域性目的地的徒步旅行地位和组织示例








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

- 75370公顷的保护区：一个世界级的生物园区。
- 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其总数的44%，远远领先于其他。

京那巴鲁旅游业成功的手段

- 自然旅游和生态旅游是蓬勃发展的细分旅游市场，丰富的生物多样性为其提供巨大潜力；
- 京那巴鲁公园的自然资源吸引了同样数量的户外运动爱好者（徒步者、登山者等）以及家庭（在森林、树冠穿越）、自然主义者、植物爱好者或鸟类学家、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：2天1夜，往返18公里，正高程差2200米。
- 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条带路标并接受维护的步道，徒步时长从20分钟到3小时不等。

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，包括公园门票、攀登许可证、向导服务、高山小屋住宿。
- 自2020年起，出于保护园区的考虑，京那巴鲁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、严重的自然破坏、该地区森林火灾的增加以及游客进园需求的增加，使得园区环境越来越脆弱。公园声誉很高，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和对公众的环境教育。下面两项行动可以证明这一点：

- 尽管入园有限制，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

- 12000公里带路标的徒步道（按省的行政规模计算，是全国徒步路线最密集的地方）；
- 40公里长、有专门路标的越野跑路线；
- 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其人口增加14倍。





徒步活动的组织

- 徒步步道网络全部免费向公众开放；
- 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维护步道，作为其公益劳动的一部分。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（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，居民步行或骑车经过步道去村里购物、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。

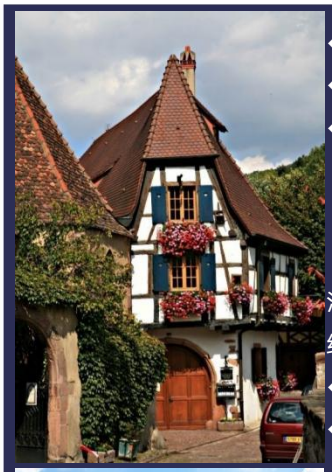
制定有利于徒步的本地政策是阿尔代什体育、旅游、经济、环境和卫生领域协同发展的整体项目的一部分。（资料来源：阿尔代什旅游发展署）

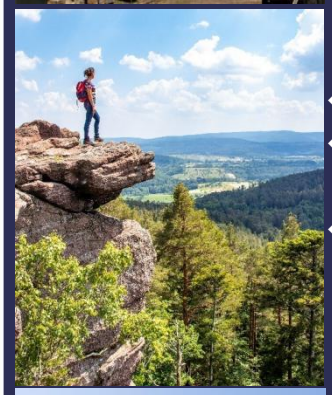


阿尔萨斯大区（法国）“温柔的漫游之地”

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、厚重的历史遗产；
- 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；
- 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 animalierde 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。

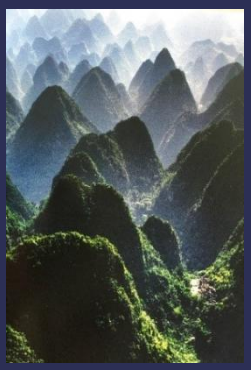
（来源：阿尔萨斯旅游发展署-ADT；大东部大区旅游局2019年主要数据；2016年和2018年区域旅游观察站；《阿尔萨斯户外运动》深入区域诊断。）

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，并推动开发区域级或地方级的旅游目的地的发展。

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）



空中走廊示例



©David Mark供图/Pixabay：湖边步道（美国）



©供图/pixabay.com：乡间小路（法国）

6.3 本地级的吸引力



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，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。

尽管如此，我们同样应该重视当地居民使用的休闲步道，它们可能会成为发展旅游和体育活动的基础。

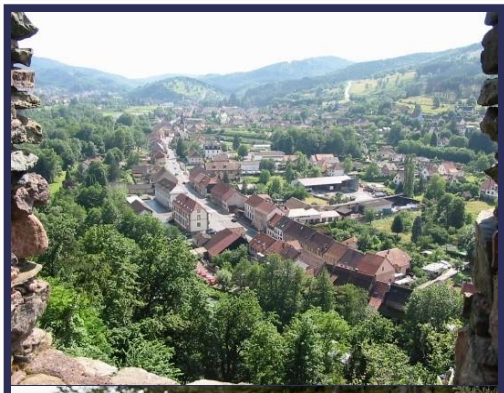
从旅游层面而言，要发掘一个地方的魅力，翻修村落传统建筑、推广手工艺和土特产、提高接待品质、丰富包括徒步在内的各种休闲活动是必不可少的。这类景点的目标游客应该为当地居民和区域内及邻近地区的居民。

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。（参见第六章）

而这些平凡无奇的旅游地，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

- 坐落于孚日山脉和阿尔萨斯平原之间的绿色森林山谷中，面积覆盖26个市镇；
- 过去，这个地区的工业化程度很高，以金属加工、纺织、锯木、采石等作为支柱产业。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；
- 这里曾是一战期间（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；
- 交通便利，公路、机场（30分钟）和铁路通达，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，该地吸引着来自该地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；
- 本地拥有2500个商业旅游床位，其中，高山小屋32%、酒店26%、度假中心14%、出租屋11%、露营10%、民宿和度假农场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

这里没有高耸入云的勃朗峰，也没有可以参观的埃菲尔铁塔。然而，通过推广众多贯穿其整个历史的遗产（尽管规模虽小却简单动人），如记忆遗址、宗教建筑、建筑遗址、工业遗迹、流行艺术和当代艺术等，布鲁什的旅游业实现了稳定盈利。布鲁什山谷地区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。徒步已成为当地旅游的主要方式。







布鲁什山谷的发展方式包括

- 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主要城镇相邻；
- 免费的德法双语网站功能强大、信息丰富；
- 一种让社区参与到旅游业发展和盈利中来的意愿，一种加强本地认同感、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”的区域变为被完全被认可的“旅游目的地”；通过增加过夜游客数量（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。

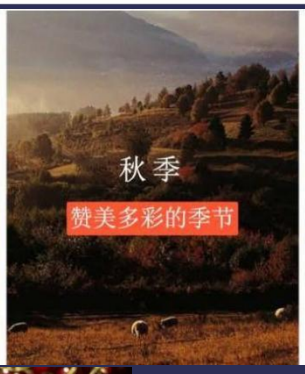
2028年远景战略的关键词是“提高客户粘性”、“年轻化”及“征服新的路段”。

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.....”，这是门户网站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。

2020年6月，在新冠疫情肆虐全球之际，山谷居民和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）



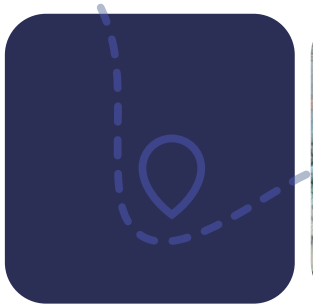
©Pete Linforth供图/Pixabay: 乡间小路（英国）

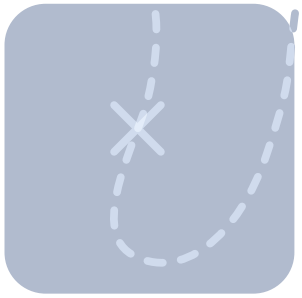


©摄影/高宁（Serge Koenig）：穿越康定地区山脊小径上的碎石峡谷（中国，2016年）

6.4 环境修复




矿山、采石场和其他工业区的建立，往往缺少对其开采竭尽后的规划。那些被遗弃或枯竭的地方，只留下满目疮痍，有时甚至会威胁人类、动物和植物的生存环境。

由此产生了对废弃场地的再利用的讨论，场地再利用必须在一个经过严密设计的框架内进行，以便恢复环境并促进原本在工业活动终止后停滞不前的社会经济。

某些地方可以打造成涵盖徒步的旅游景点或户外休闲中心。

更加具体地说，就徒步本身而言，一条步道所处的环境可能会因自然界里的“野生”垃圾场和枯枝落叶被毁坏，或者被人为和自然侵蚀破坏。

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）

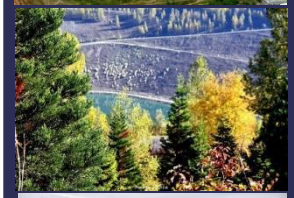
经过大自然这位设计师的鬼斧神工后，即便是工业遗址也能产生一种叫人着迷的美。乌克兰克列巴尼的这条铁路就是如此，它已经变成了一条植物隧道，成为漫步者/徒步者眼中一条真正浪漫的国际化朝圣之路。在这里，无需额外的任何人为维护，只需缓缓驶过的零星的火车就能完成维护和清理。

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。这条线路全年向游客免费开放。













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。于是当地针对该地点推出“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。这个巨型项目启动于2003年，挖方7000吨，共投资了6150万欧元。

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。

项目负责人与当地政府各部门紧密合作，优化人流量，提高当地效益。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。

随着时间的洗涤与频繁使用，这些小路和步道已经退化

受损的原因有自然因素、有人为因素或两者都有。受损最为严重的小路正是那些占据诸多不利因素（例如陡坡、海拔、底层易碎、植被匮乏、频繁使用等）的路段。毗邻的滑雪缆车、全景餐厅等旅游设施增加了这些步道流量，但同时也增加了损坏的风险。

步道的过度使用必然导致地形退化，而地形退化又导致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（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、骑马等户外运动者通行又加剧了这种情况。由于人们的活动，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。

要恢复受损路段，必须要在迅速开展治理使步道恢复通行与开辟一条更合适的新路之间做出选择。可以根据地质学、土壤学或气候学数据的变化而做出不同的选择：用缆绳引导游客沿着步道行进，以限制游客的走动；填平车辙；重新植草；疏导水流，以避免自然损坏及尚未固定的植被的退化；考虑到土壤或斜坡的性质，开辟新路；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，因为铺设木板、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”。

引起游客和徒步旅行者对步道损坏情况的关注，也是步道管理和修复人员需要考虑的一大重要方面。例如，“自然卫士”可以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，向使用者传达相关规定，方便步道使用者了解损坏的后果，并规范他们的行为。



为了保证良好的行走条件，需注意监测步道状态，定期进行维护和修复，保证有效的雨水排放。推出安全舒适的徒步活动，确实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有一个叫费朗山的地方，长100米
年份	2000	2004	2005
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	排水沟布满火山灰，向坡面和旧路倾斜。铺设麻布，重新植草。开辟新路。用钢缆引导。
			

©摄影/Rosemarie：孔波斯特拉朝圣之旅的标志，该朝圣之旅已成为步道、地区和商业的印记（西班牙、法国）

6.5 从步道品牌到知名区域

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活动的故事。

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的山区。为协调城乡区域规划，共享城乡区域发展，当地的36个社区组成了Sicoval聚集区，期望改善居民的生活条件。

Sicoval区域开展的项目中，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350公里步道网络。这是一条散步和徒步步道环线，串联起36个村庄。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，通过纵横交错的道路体现出文化底蕴和特殊印记，将地区的色彩作为主打。

- “阿列日和山丘”区域，这里的绿色让人联想到陡峭山坡景观中小山谷中的阿列日、悬崖和茂盛植被”；
- 红色的图卢兹之路刻画的是该区域的城市核心以及图卢兹郊区的Sicoval，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）体现出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斜坡的轮廓。
- 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，是一个体育、文化和节庆日，每次围绕不同主题，用徒步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社区投资开发了由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，自己负责项目的实施。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。

启动三年后，省政府和大区政府首次给予该项目资金支持，金额为2.5万美元。这些资金使得各村能够在整体项目的基础上，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，以实现持续优化。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。以至于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”。

由社区委员会商议成立、由各村代表组成的步道指导委员会负责管理投资项目。这些项目覆盖6个市镇，每年投资金额为15万美元。其中80%的资金来自该地区通过一个名为“领导者”（其职责是支持农村地区的国土发展战略）的项目进行捐助，此外还有来自欧洲的资金。







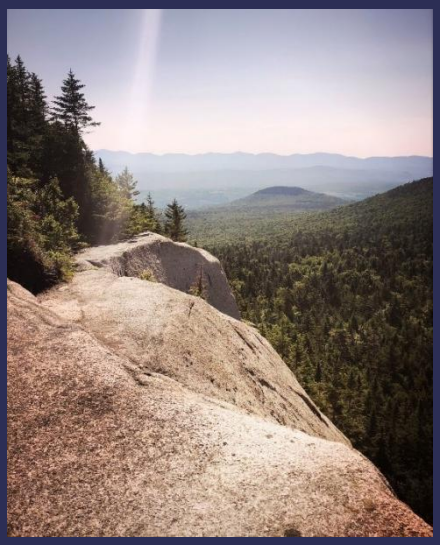




基尔肯尼步道的成功故事（爱尔兰）

诺尔河谷步道（Nore Valley Trail）全长34公里，于十年前在基尔肯尼郡（County Kilkenny）设立、开发和设置路标。它体现的概念，是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. 一个名字。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，以便潜在游客能够利用搜索引擎，从容易搜索到的网站找到参考。诺尔谷步道被命名为“基尔肯尼步道”，因为该县以文化、手工艺和烹饪旅游、风景、森林和河流、12世纪的城堡而闻名遐迩。该步道旨在整合利用这些本地的优势资源。
2. 一种运行模式。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。
3. 一个标志。为了更好地传播品牌。我们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。这条步道的发展旨在围绕不同的主题实现多样化，并形成一个网络，因此选出了4种颜色以方便区分：绿色代表最初的步道，红色代表网络中所有的徒步旅游，蓝色代表自行车户外游，橙色代表美食发现之旅，淡紫色代表工艺发现之旅。
4. 当地举行了启动仪式。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，基尔肯尼政府出席了开幕式。这项活动通过与记者和博主的对接，维护好与媒体的关系，以期将社交媒体作为发布公告的载体。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. 目标。该步道计划的主要目标是：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. 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，或者是不适配移动设备的。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。由于举办了许多涉及该应用的会议，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度全景感受到它的美丽。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


一条品牌步道的必备要素是什么？
拥有天然的知名名片
拥有与所在地一脉相承的特征
次级地需要创造特色
与自然直接接触
向所有人开放
清晰的步道理念
精准推广
受保护的环境
善用本地优势
亲民性

今日趋势-在家附近的徒步旅行

7

这是一种自由、随性而至、地理位置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，也体现了此地居民良好的身体状态。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命的旅游产品中，居于首位的正是本地游。相较于远道而来的游客，也正是这种本地人游本地的模式构成了一个在经济、社会等方面更加稳定、可持续的基础。从本质上说，此种模式对环境污染的影响更小，而且也符合越来越多广泛的减少飞行的环保意识。

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增速。

章节目录

7.1 家门口的“微度假”
7.2 大自然、徒步与新冠疫情



©Joshua Woroniecki by Pixabay

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。因此，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 年的时候就提出了这种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、离家近、随意、户外、成本低、没有条条框框”。

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，越来越多的人作出新的选择。欧洲、南美洲、澳洲和其他地区与这类旅游相关的博客、网站、书籍越来越多。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。










对《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的 Olivier Bleys 而言，从日常生活中抽离出来，休息几天的契机无处不在。在住所附近草地里露营，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。这位法国探险家协会的成员，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：“现今的不同之处在于，如果说我们对这个世界有什么了解，要么是因为我们在电视上看到过，要么是因为我们亲自去过，要么是因为我们的父母或朋友已经去过。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”。

这种旅行方式并不青睐热门的旅游目的地，而是主要在远离人群且氛围祥和的地方展开。“微度假”常以徒步旅行、骑马旅行或自行车旅行的形式展开，能给我们充分的时间关注周遭的一切。

这种本地游的成功归功于旅行者在网络上分享的数字路线，正是他们通过自身实践探索了各个城市周边可供人们散步、慢跑、骑行的自然区域。



*©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）



©供图/Brigitte by Pixabay

7.2 大自然、徒步旅行与新冠疫情

新冠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。因为不论身处何地，人们的行动都受到了严格的限制。在许多国家，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

“封锁”政策实行期间，人们在家附近接触到开放空间的机会都或多或少地受到了限制，各国政府对该问题的处理方式各不相同。一些地方的公园和自然景点被完全关闭（例如，加拿大魁北克）。另一些地方，以遵守人际接触间距规定为前提，保持了上述场所的开放和相关活动的展开（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被关闭了。而仅有的开放场所则人满为患，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的普遍共识。人们普遍认为，自然环境空间开阔，有利于保持人际接触距离，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。诚然，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，这便使得以休闲或运动为目的而进行的散步甚至更加普及。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愈加凸显。



家中散步、享受自然

与此同时，人们表现出了对虚拟自然环境和徒步体验的强烈需求，当真实自然被剥夺时，自然保护区虚拟游、网络视频游、“散步直播”或在线教育活动门户等网络活动就成为了替代品。举例来说，虽然（美国）黄石公园因疫情关闭，人们仍可以（通过视频）在人迹罕至的小径上进行“虚拟徒步”，直至龙嘴泉（Dragon’s Mouth Spring）。如此一来，在此“封锁”期间，人们对真实自然的渴望通过虚拟的自然体验得到了满足。

还有一些人，同样被封在家中，他们选择在家中进行虚拟的体育锻炼。Garmin 是一家专业生产 GPS 导航设备的运动配件制造商，其在 2020 年公开了一份智能移动设备运营商传输的 GPS 数据报告。报告不仅凸显了区域关系，也表明人们的休闲消费在很大程度上受到卫生措施的影响。大量的户外活动被户内的虚拟活动取而代之，而这在以往的春季却是完全相反的情况。例如，由于被封锁在家中，许多美国市民利用“室内+虚拟”的步行和跑步设备（参见下图）取代了户外徒步和跑步的活动：与 2019 年同期相比，美国封锁期间，选择此类活动的人增加了 18%。





他们在家中进行体育活动或锻炼，并借助一款应用程序，在一个虚拟世界（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了娱乐性。

我们再来看看 2020 年春季同一时期的欧洲。虽然法国人主要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。在封城措施“更加温和”的德国、瑞典和英国，人们的户外活动则开展得如火如荼 (来源：Garmin 2000）。

“待在家中或家附近”的强制命令摧毁了传统的旅游社团，即探索更远的地方—跨越国界—去相遇。大自然是广阔、安全、自由的空间。而相反地，公共场所、办公室、购物中心等地则成为了污染源和高度卫生风险的代名词，成为了需要回避的人员聚集地(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憋闷已久的例证。就加拿大的例子而言，限量、半价发售的大城市周边国家公园年卡很快就销售一空。这种针对门票的促销手段（低至 50%的折扣）是政府鼓励居民“本地游”和回归自然的措施之一。年卡售出的速度证明了魁北克人对自然的热爱，也证明了利用自然环境作为推动社会、经济发展的杠杆的合理性（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（重新）游历自己所在地区的兴趣，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。

“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。其目的在于吸引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 段地区旅游短视频和 16 个地区旅游长视频，在社交网络上影响了 15%的法国人口。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


构成本地户外游的要素有哪些？
自由接触自然和户外的可能
优先选择非机动出行方式
随意开放微探险的便利性
价格公道的服务
有环保意识的公民
保护良好的自然环境
大量的本地徒步道
暂离日常生活的机会
尊重幻想的权利
开放的区域

“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，大众旅游越来越饱受质疑，通过探索独创性的项目，可以开创新的旅游模式，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+”



©免费照片，*Pixabay*/提供

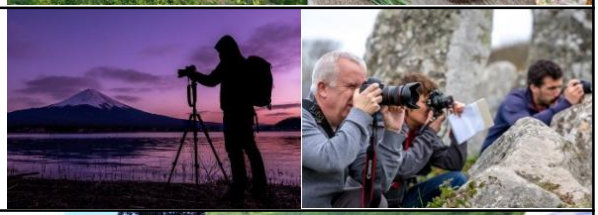
8.1 “徒步+”

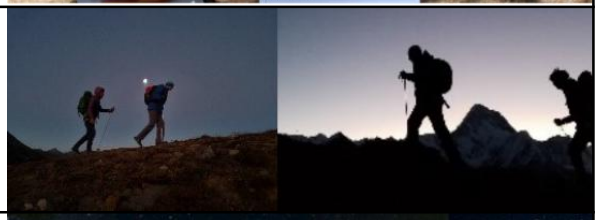
这类徒步+产品不需要对大自然或步道进行任何特殊的改造，也不需要投资，只需要花时间用想象力和创造力来设计独创的徒步旅行产品。

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、小说家或个人福祉和发展方面的专家等等，通过将徒步与其他爱好相结合，提出多样化且创新的徒步出游安排和行程框架。

这个过程是享受徒步带来的美好体验、审视自我及周围环境的另外一种方式。这种活动概念方案为徒步旅行的发展创造了许多机会，比如在当地有吸引力的步道和地区徒步旅行。



18 种“徒步+”主题	
徒步+地质+遗产 更好地了解我们徒步穿越的地区。	
徒步+植物学+野生采摘 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。	
动物主题徒步 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。	
徒步+讲故事/传说 在大自然中漫步并畅享当地神话传说。	
徒步+放牧 与牧羊人分享他们和羊群走了几个世纪的路线。	
徒步+美食 将步行的乐趣与在野外品尝当地烹饪美食相结合。	
徒步+摄影 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。	
徒步+水彩画 花时间观察细节并调色，在白纸上描绘徒步之旅。	

感官徒步+森林疗法 在森林中自我沉浸、漫步，体验森林疗法的功效。	
徒步+冥想、瑜伽、太极…… 在步行上辅以呼吸、拉伸、平衡、内省等来增强身心健康。	
徒步+唱歌 用声音和风景中所蕴含的美感来抒发情感。	
夜间徒步 在暮色中漫步，伴着月亮的微光在黑夜中旅行，然后看太阳从地平线升起。	
徒步+观星 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……	
歌谣+星空下露营 体验在户外入睡的纯粹乐趣。	
徒步+辨别方向 熟悉使用各种方向辨别仪器和避免迷路的方法。	

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

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）



该项目为“人民与公园”基金会旗舰计划，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开发。

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的福利。随后，该计划推广至澳大利亚全国，各州政府发放补贴支持地方政府和社区团体，鼓励居民到大自然中去参加体育运动。

该项目包含了丰富多彩的活动，例如：

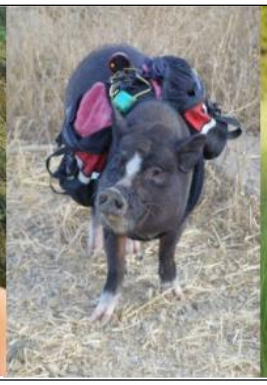
- **以分享健康徒步热情为目的的“心灵步行团（heart walking groupes）”大众步行；**
- **超重人群自由徒步游“women’s body positive hiking”；**
- **陡峭步道上的个人健身训练，并进行严格的体育锻炼；**
- **开展环保活动，比如复原步道途经的沙丘地带，**

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驮行李的好伙伴。它们完全放养，吃天然的饲料，定期接受检查护理，此外信任人类，陪伴人类一同出游。驴子是最常选择的动物。无论老少，都可以享受与不同寻常的理想动物伙伴共同出游。


驮运徒步旅行组织者范例



“汝拉山徒步”（法国和瑞士）




“法国驮运徒步联合会”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，一些家庭游的徒步者，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（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“法国驮运徒步联合会”（FNAR，网址：www.ane-et-rando.com）汇集了六十多家徒步驮驴租赁公司（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
农村地区和山区徒步游可以与农场、旅馆和宿营地住宿相结合：这些歇脚处对于那些追求返璞归真的徒步者而言是最佳选择。孩子们可以有机会通过各种手工活动（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）









农场旅馆是在农场开设的餐馆，有的提供住宿，有的不提供住宿。它是旅游活动（副业）与农业（主业）的结合。饭店提供友好真诚的接待。体现着乡村和山区人民 的热情好客。

在这个位于法国东北部的地区，人们从 9 世纪起就从事放牧。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”的徒步俱乐部的创立，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，使得农场旅馆得以发展壮大和现代化。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手段，同时也可以为当地增加额外收入。

与以往相比，小旅馆已经成为了农业活动的衍生物。美食菜单为游客提供新鲜的农产品、现场制作的乳制品和肉制品，另外还有传统农家菜。这些农场是游客们的心头好，它们甚至成为了徒步旅行的主要目标。

一家成立于 1971 年的农场旅馆协会聚集了大约五十家当地的农场旅馆，协会制定规范并在互联网上和旅游专业机构中对其进行推广。该协会最近与地方公园合作，围绕“一个农场，一次徒步”的营销理念为农场旅馆做宣传。这一理念总体而言促 进了徒步旅行的宣传，因为它为那些驾车前来的游客提供了活动内容。这些餐前（开胃酒）或餐后（助消化酒）活动不需要较高专业水平，且持续时间不超过 1 到 2 个小时。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+”

这类“步道+”产品通常需要根据场地的背景、当地历史、对大自然的了解、临时户外艺术展览等进行一些特殊的布置，以便提高步道的吸引力。但是，这类理念同样要遵守一定的原则，即进行轻度布置，不得对环境造成影响，并和谐地融入周围环境。

“步道+”产品建立在这些趣味性布置基础上，有时需要接待人员、表演人员和讲解人员活跃气氛。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。这种教育和艺术活动的概念方案也会为社区和旅游步道的发展创造许多机会，包括在当地有吸引力的步道和地区徒步旅行。



面向家庭、学校和游客的教学用的“步道+”

当步道成为了教学工具时，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（参见第 6 章）（这类步道中有一些是免费的，有些需要付费）；
- 沿线采用有标桩进行标记的教学步道，每根标桩上有编号以及徒步者小册子的内容（徒步者在出发前购买该手册）；
- 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。



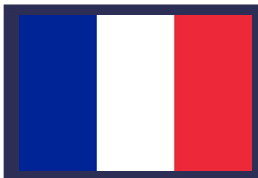






孩子们集体参加的徒步或在森林中上课：树木和大自然代替教室和黑板。



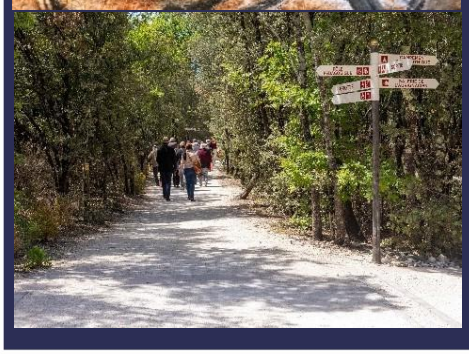
自然&考古主题步道（法国）范例

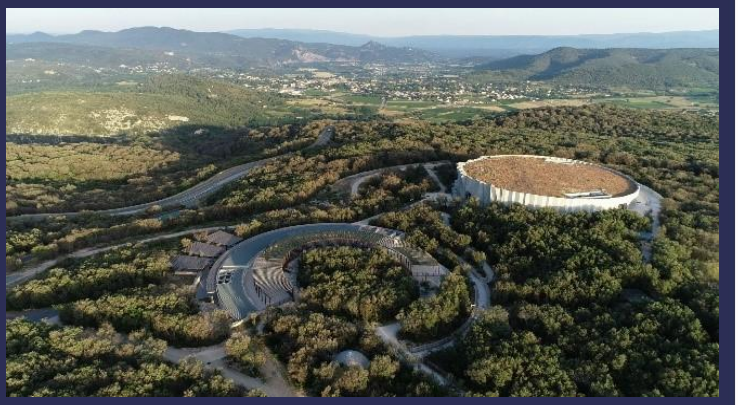












公园房屋或传统文化博物馆等旅游景点附近非常适合设置主题性解释说明或演示类步道。这类步道不同于徒步路线，与徒步者的期望也有差距。这类步道的距离更短也更舒适，可以让参观者（包括游客、居民、家庭、老年人、学生等）在寓教于乐的散步过程中深入地去探索发现。阿尔代什省非常火爆的肖维岩洞（Grotte Chauvet）森林考古公园内纵横交错的步道就是如此。

小型步道网围绕按一比一仿造的肖维岩洞设置，该仿真版的肖维岩洞同时也逼真地再现了洞内有着 32000 年历史的古老壁画。原版洞穴是阿尔代什省真正的考古宝藏， 由几位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。

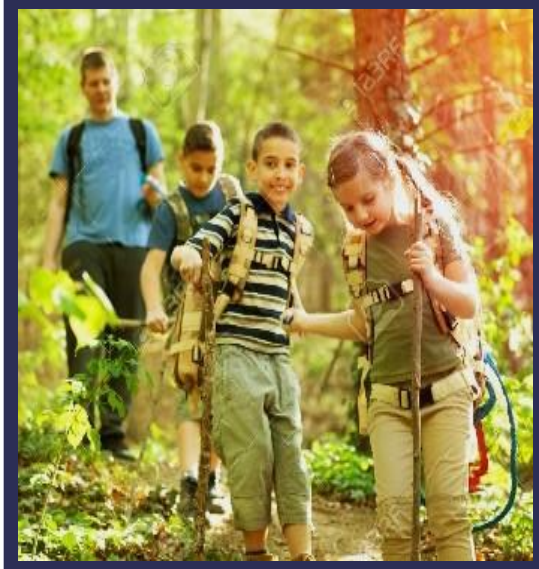
步行穿过人造洞穴，在导游的带领下游览参观，再穿过播放讲解影片的博物馆，然后穿越点缀有民俗文化元素的树林，在户外沿步道漫步。该旅游项目及配套商店、衍生产品、餐厅、门票销售处（成人票每张 20 美元）、各种表演活动和布置所需的全部资金于 2012 年分别由阿尔代什省（1500 万美元）、大区（1500 万美元）、法国政府（1200 万美元）、欧盟（1000 万美元）和私人赞助商（400 万美元）完成出资。

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！

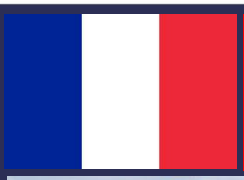




有 20%（约 700 所）的幼儿园在树林中授课。这种名为“skovbornnehaver”的学校模式是一种“森林幼儿园”，从 1952 年以来就在丹麦一直存在。无论夏天还是冬天，小朋友们都在户外徒步、建造小木屋、爬树——这是这个国家的传统。孩子们年龄在 3 到 6 岁，他们在一片绿色的环境中认识字母、学习算术，而且还学习怎样预防危险，获得信心和领导力。对于这一切而言，森林无疑是一座理想的游乐场。孩子们可以自由活动，但同时也接受老师的监督和建议。家长们也很乐意让孩子们在这样的场所学习。

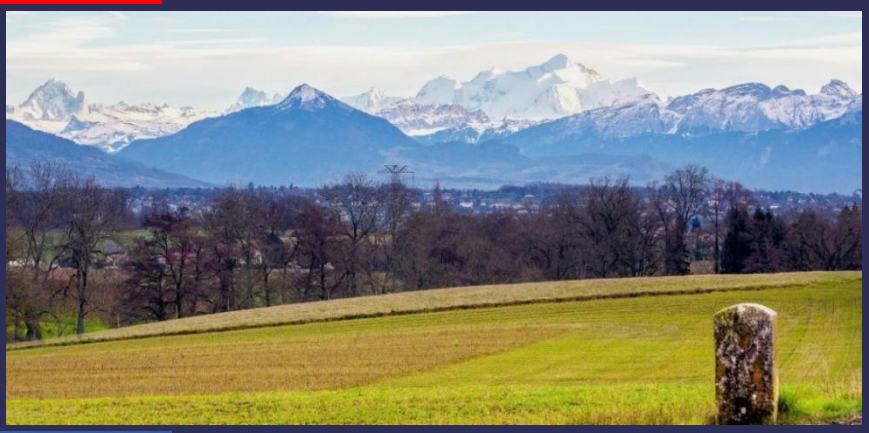
瑞典生物学家 Patrick Grahn 的研究表明，平常与大自然接触的儿童更不易生病，更善于交际，而且注意力也更集中。这些 skovbørnehave（“树林中的学校”）由丹麦政府出资。这种理念于 1980 年引进到瑞典的小学课堂，1993 年传播至德国，2000 年传播至瑞士。美国、加拿大和英国也推出了定位为日常户外学习的学校项目。不过，即使许多国家会开展不定期的“绿色课堂”和其他异地课堂类型的郊游和游学活动，但这类身处大自然中的日常教学方式仍然处于边缘化状态。

重温历史的“步道+”
曾经的城堡或堡垒、古老的贸易路线、走私道路、步道、工业遗址、经历战争、地震或其他过去标志性事件的记忆步道等等，都是可以与某个地区徒步旅行相结合的主题。



边界之路（CHEMIN DE STEVENSON）（法国和瑞士）





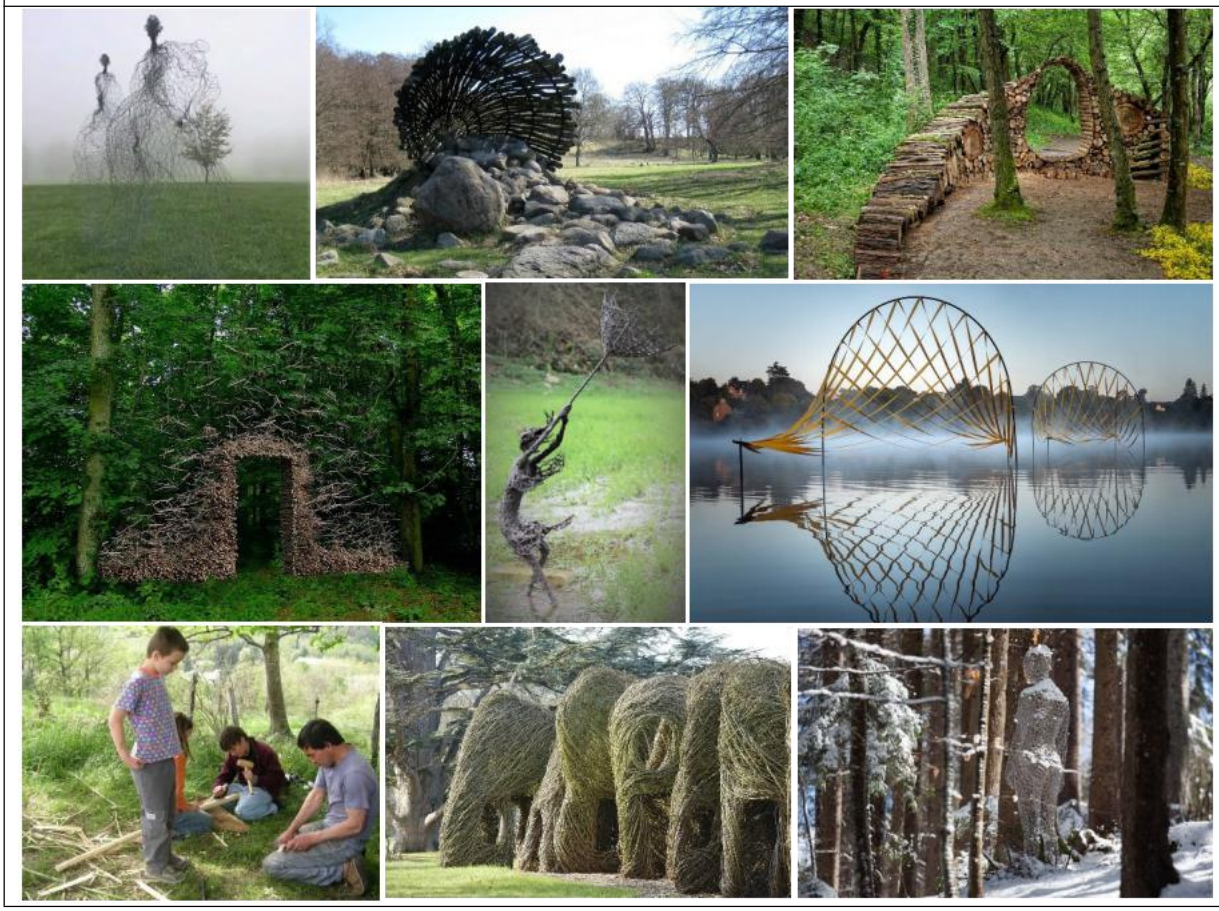


无需游览雄伟的堡垒就可以走进历史故事中。汝拉山脉位于法国与瑞士交界处的热克斯地区（pays de Gex），从这里可以眺望日内瓦湖。在这里，一些徒步爱好者与两个国家的有关市镇合作，沿边境线划定了一条 15km 长，耗时 4 到 5 个小时的徒步路线，路线途经田野、葡萄园和森林。鸟瞰日内瓦湖，远眺勃朗峰，都是该地区吸引力的加分项。但是，这条步道的独特之处并不在此，而在于它连接了 1766 年和 1819 年设置的边境界碑。

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设置有标有说明性文字的标牌。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，沿途设置有许多长椅。

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，从大自然中提取材料创作即兴作品，以户外展览的形式赞美风景，以这种方式装点步道两侧。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、法国卢瓦尔河的 Chaumont 和伊泽尔省的 Gorneton、美国俄勒冈州的 Orenco Woods Nature Park 和威斯康星州的 Eau Claire、英国的 Hamsterley 森林、意大利的 Civitella d’Agliano 和 Val di Sella。



VAL DI STELLA 的艺术与自然步道（意大利）









该项目由一名当地哲学家和一名热爱艺术与自然的艺术家于 1986 年发起。在文化机构的支持下成立了地方级协会——Arte Sella 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，旨在发展这一“艺术融于自然（art in nature）”的理念。

该协会所在地的前身是一座农民和牧羊人使用的奶牛场。这处建筑已经成为 了“自然艺术”步道管理中心，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，在这里还会举办演唱会和戏剧演出。

从协会成立时起，这片森林展出了六十余件使用木材、石材、植物等非人造的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更新四到五件新作品，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（安全带、攀登绳、头盔等）。路线沿一条狭窄的步道翻越悬崖，而且步道有时会为了预留位置给锚固在岩石内的爬梯而中断，。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



成都平乐古镇的铁道式攀登（中国）





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


步道+主题
徒步+主题
学习+快乐成长
天然步道
即兴艺术
造就优质“+”的因素有哪些？
向导的双重专业背景
通过玩乐获得认知
保存完好的环境
综合建设
体验感

徒步活动分类与徒步者类型

9

区域内允许规划的步道小径和徒步活动的类型，以及步道使用者的特点和期望，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步道。

本章主要介绍步道、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

9.1 徒步分类与步道的类型

9.1a
根据徒步距离长短分类



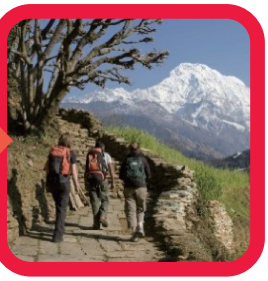
短途徒步旅行
步行时间< 4小时
距离<15km



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

线路距离和实际步行时间是对徒步进行分类的主要因素。

根据徒步距离的长短可分为四个等级。依据同等原则，各个地区和国家在这一分级方面存在着很大的差异。

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步行者，经验丰富的徒步者根据技术难点的不同有时也会选择短途徒步。同样地，在路况较好的道路上和崎岖地势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。在低海拔地区行进和在3000米海拔高度行进所要付出的精力肯定有所不同。此外，老年人以慢节奏和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相径庭。

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）



这条距离较短的人造步道位于西班牙，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，这是一条极其危险的木头铺成的步道。多年来，道路状况不断恶化，残破不堪，存在极大的安全隐患。但是对于一些经验丰富、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新的开发和改造，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。这段超长距离的徒步从技术上来讲是相对容易的，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。他们通常是度假者，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。

这条荡气回肠的徒步路线由欧洲徒步协会（参见第 5 章）规划设定，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。



©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）



©摄影/高宁（Serge Koenig）：中国四川省阿坝藏族羌族自治州徒步（中国，2013）

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

对徒步进行分类的另一个重要因素是完成徒步线路所需的技术难度。

难度也可分为四个等级。依据同等原则，根据不同地区特点和区域内地形，这一分级也存在很大差异。

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下的行进距离。

由于在高海拔地区徒步时有突发“高原反应”的风险，所以在3000米海拔以上的徒步的人员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。

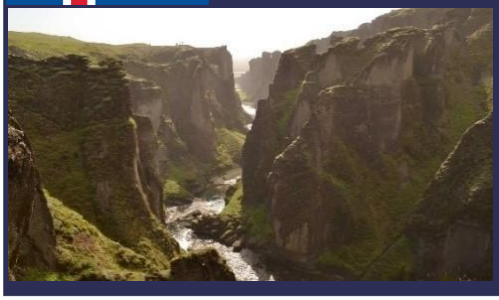
同一条路线上的徒步难度也可能会因当时的天气情况而有差别。难度等级也会标示在步道信息栏或布告板上，成年徒步者可以此为参考。但对小朋友而言，同一步道的难度等级应至少提高两个等级。

照片：
厄瓜多尔科隆群岛漫步、苏格兰斯诺登山Llanberis步道徒步、秘鲁印加古道徒游、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



尽管地势非常陡峭，并且如果偏离道路可能会有一定危险，但羽毛峡谷还算是一条相对容易的徒步路线，其得益于以下几点：

- 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。



法国诺曼底 GR 21 沿海徒步线路



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。



中国四川 贡嘎山徒步线路





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

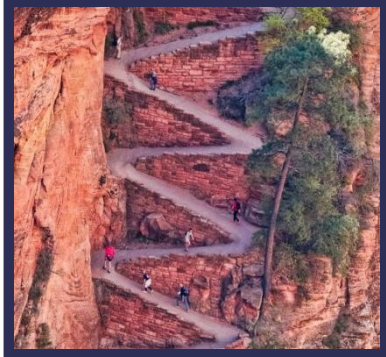


这条路线是难度非常高的带有运动性质的一日徒步线路，造成其高难度的因素有：热带雨林，崎岖的山路，季风期间路面湿滑，有些步道地势陡峭，坡度极大，有些路段甚至需要攀爬。

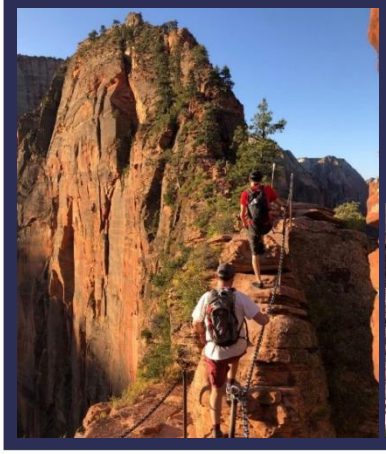
这条路线通向小山山脉中心的神圣洞穴。步行时间约 6 小时。这条路线主要用作朝圣者们向巴伊里（Bahiri）步行朝圣。



美国国家公园的光明天使步道

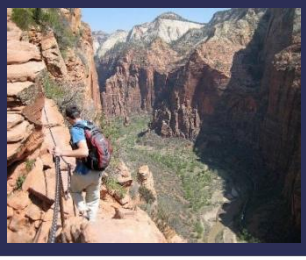


美国亚利桑那州大峡谷国家公园的“光明天使步道”是一条相对困难的徒步线路，原因是步道海拔落差大，从红砂岩悬崖沿 16 公里陡峭险峻的步道一路攀爬至海拔 2075 米处，谷底到谷顶的高低落差可达 1350 米。这里每年都会有数十次救援行动。常常都是因为徒步者准备不足，鲁莽行动，导致意外发生。尽管如此，这条步道仍受到很多徒步者的青睐，还被评为“国家休闲步道”



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



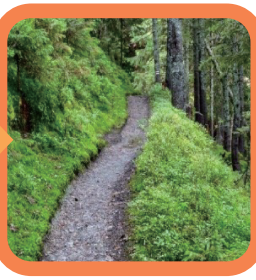
©摄影/高宁（Serge　Koenig）：中国康定崎岖山路上的护壁（2016）

9.1c

根据开发和
维护水平分类



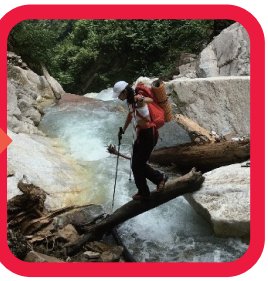
人工开辟
修建的步道



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道路被更多的人使用。现今，人们对步道进行着各式各样规划和开发，根据对步道用途的定位主要表现在两个方面：一方面是在户外公园内人工开辟、建造的“普通”步道，主要用于大众旅游；另一方面是山区、沙漠或原始森林里地势相对陡峭且难度较高的天然小径，这类步道的主要受众是具有一定徒步经验并想要追求一定刺激和冒险的旅行者。

合理开发和设置步道可以带来很多好处。首先，这样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，并为当地创造旅游经济效应。另外，在不破坏自然环境的同时，通过这些步道，人们可以更加亲近大自然。

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建设人工浅滩，建设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；
设置敏感环境的保护设施：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。线路沿奔宁山脉的主脊，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”线路全长 425 公里，建于 19 世纪末，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



当地政府对朗塘山谷只开发和建设了最基本的设施，以方便当地居民做工或出行时使用。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（参见第 4 章）。



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





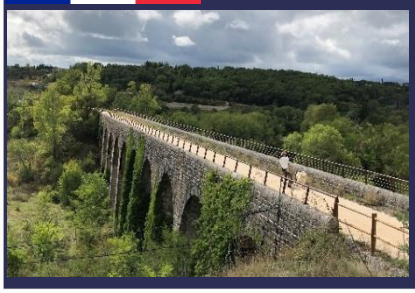
冰海冰川步道设有栏杆和台阶等拓展设施，游客步行 45 分钟即到达冰川边缘。

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。这也促使有关当局每年都在对前往冰川的步道进行开发和调整。

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。这种登山火车建于 1909 年，是一种齿轨火车。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。



尚未为迎合传统旅游而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。

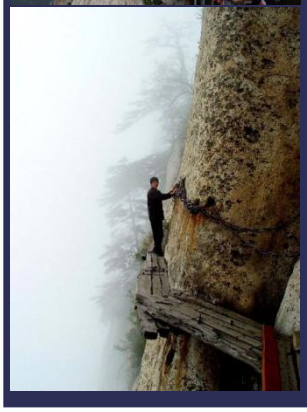


中国华山

陕西的道教发展对铁索攀岩这一概念有一定的启发意义

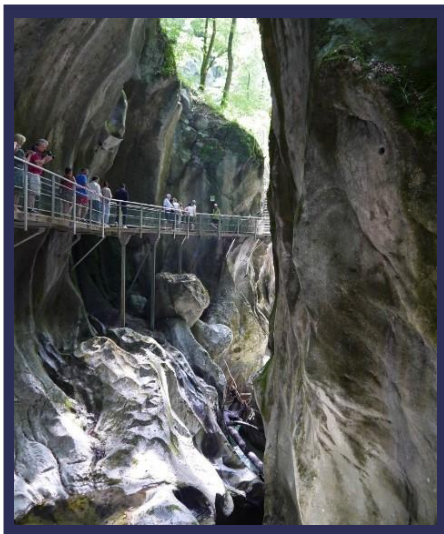
欧洲自 1980 年代起，中国自 2010 年代 起，相关旅游项目的开发成倍增长





华山上这些已有千年历史的古老小径是在花岗岩山壁上生生凿出来的，用铁链固定，若干世纪以来一直被道教和佛教的修行之人以及无畏的朝圣者使用。随着大众旅游业的蓬勃发展和华山第一条缆车索道的建成，这些花岗岩步道被誉为“世界上最危险的徒步路线”之一。有关部门开发了新的安全步道，并在经鉴定后，关闭了认为有风险的危险路段。一部分路段装上了绳索，以便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**

这三种类型的步道由自身特点决定。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**
-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 。	-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**
-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。	-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

表格：各类路线的特点和属性

地区、国家和国际路线	
主要特征	**成功的要素**
◆ 自然和文化环境、管理和宣传标准提供发展从地区级到世界级徒步的旅行体验的基础； ◆ 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； ◆ 有以徒步和徒步路线为主题的高级别活动和赛事 。	◆ 当地的徒步路线和产品在同种旅游目的地的竞争中，能为本地区乃至本国提高竞争力； ◆ 展现了构成本地区独特灵魂的风景和文化特点； ◆ 路线的规划和管理得到了本地区政府甚至国家支持，且列为发展计划和战略的优先事项； ◆ 通过高收益徒步路线，对住宿业、相关产品和服务给予支持，促进当地从旅游经济中直接和间接获益，并且能为当地社区发展带来社会收益； ◆ 能够为国家带来直接及/或间接的经济效益。
本地路线：景点，市镇，社区联合体，区	
主要特征	**成功的要素**
◆ 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，对本地区甚至全国游客开发有潜在的吸引力。	◆ 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



徒步道需要包含低、中、高不同难度的线路，兼顾不同受众的需求。徒步道难度分级体系应综合考虑耐力、技巧、风险三个维度，将徒步道分为低、中、高三级难度，以帮助徒步者根据自身条件选择适合的徒步产品。

耐力维度主要以时间为计算单位，分为四个等级

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

根据《徒步指南》步道设计体系，技巧维度分为四个等级，主要以徒步线路上石块、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。

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，主要以徒步线路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辅助设施通行。	部分路段身体完全接触地面或岩面，需借助安全装备通行。





©供图/Salomon　2014：竞速徒步（西班牙）

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

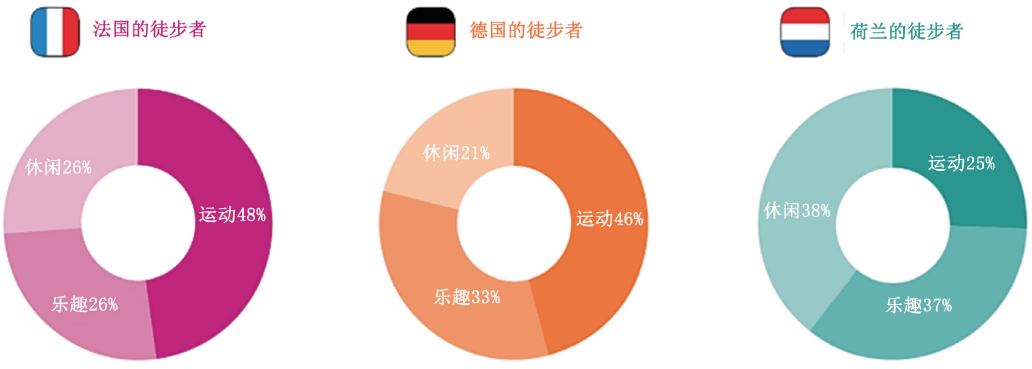
休闲型徒步旅行者

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



来源：法国Questbock-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 -中等至高难度型（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%乐趣性	-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	逗留类型及凭据逗留时间	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（小于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（小于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）

公共	路线体验偏好	路线类型偏好
单收入无子女/双收入无子女	◆ 1.5 小时车程范围内的短途徒步旅行； ◆ 寻求与众不同的、沉浸式的、原汁原味的体验。	◆ 在路线稍长的步道进行一日游短途旅行轻户外徒步探险； ◆ 有当地特色住宿的路线。
年轻家庭	◆ 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。	◆ 邻近住宿服务区的一日游短途路线； ◆ 低难度短途路线，适合儿童，邻近娱乐和活动中心。
老年家庭	◆ 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。	◆ 一日游短途路线， ◆ 提供住宿服务且邻近其它景点的路线。
四十岁的家庭	◆ 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。	◆ 各种偏好种类，短途旅行、一日游或带住宿的更长时间的旅程； ◆ 时间更长的徒步探险，且持续多日。
退休人员	◆ 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。	◆ 有多种标准的一日游短途路线，可能提供住宿（视体力和兴趣而定）。
追求体验的游客	◆ 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。	◆ 一日游和多日路线，探险体验、沉浸式体验和代表性体验； ◆ 针对有特定目标而参与徒步的游客，有特别趣味的路线； ◆ 有当地特色住宿的路线，且有各种价位的导游服务供选择。
经验丰富的徒步旅行者	◆ 沉浸式体验，最好远离人群，遥远且/或难度高的体验。	◆ 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	◆ 在一周的时间内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。	◆ 一日游短途路线，位于住宅附近或可驱车到达； ◆ 可到达本地区兴趣点（POI）的路线。
学校	◆ 户外活动和自然教育课程框架内的一日游等短途路线。	◆ 一日游短途路线，低难度至中等难度，方便从学校或学校出游营地抵达； ◆ 路线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	◆ 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。	◆ 有兴趣点（POI）的半日游路线； ◆ 适合团队所有成员的路线，且能够确保团队内的互动； ◆ 路线应方便活动组织者到达，邻近停车场、住宿和会议室。
活动参与者	◆ 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。	◆ 适合大型活动的路线类型，其出入口便于活动组织者、媒体和观众到达； ◆ 靠近住宿区和交通点。

运动型徒步旅行者成为跑步和越野跑爱好者：一种真实的社会现象

越野指的是在大自然中，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走。如今越野已成为完全由国际层面组织的一项大型竞赛活动。



国际越野跑协会 ITRA（国际田径联合会认可）负责在世界各地推广和发展越野跑。根据该协会的数据，2013 年至 2019 年，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跻身明星的行列，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。iOS 系统的手机和安卓系统的手机都可以获取有关于越野跑的应用：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者以及竞技选手和非竞技爱好者占总人数的六分之一。其中，约有 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动机。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，2017 年 5277 万人，2018 年 7300 万人，其中 30%是女性。马拉松方面，2010 年共举办 22 场比赛，2015 年 51 场，2016 年 328 场。至于越野跑比赛，2010 年有 3 场比赛，2014 年 101 场，2016 年 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）

首次大型越野跑赛事可以回溯到 1974 年，那是在美国加利福尼亚州举办的美国西部 100 英里耐力跑越野赛。欧洲方面，不得不提的就是 2003 年在法国霞慕尼（Chamonix）首次举办的环勃朗峰越野跑（UTMB）比赛。该赛事已成为世界赛事参考标准。比赛全长约 200 公里，正海拔 10,300 米，2000 名志愿者投入其中，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：这场越野跑已然成为一大经济挑战，并且作为先驱，参与编制了针对此等规模赛事的环保章程。

环勃朗峰越野跑（UTMB）的法国举办方与行知探索文化发展集团合作，二者共同在中国举办“UTMB”越野赛。

在大自然中奔跑：主动面对新冠疫情

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”（参见第 7 章）。





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

9.2b
根据动机

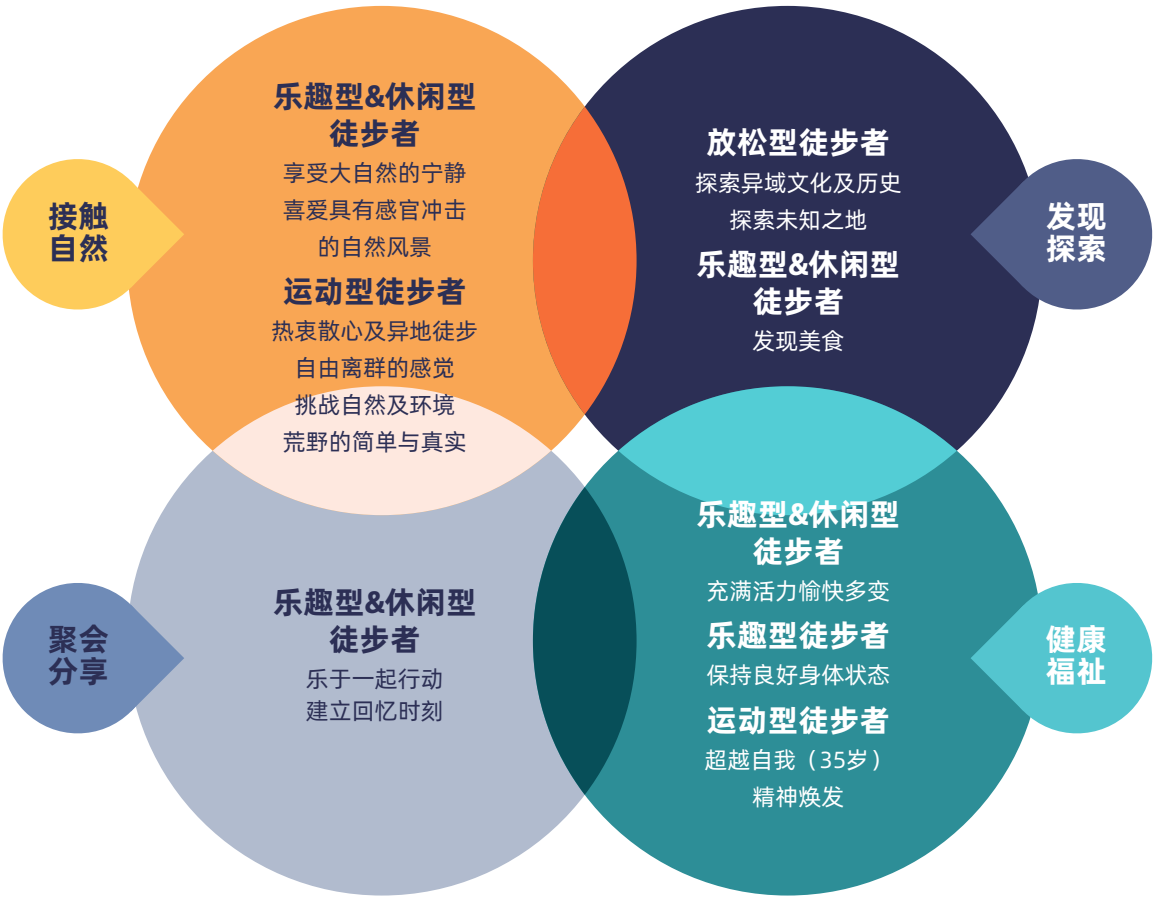





接触自然 | **发现探索** | **聚会分享** | **健康福祉**

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

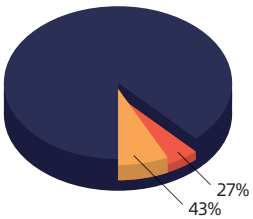




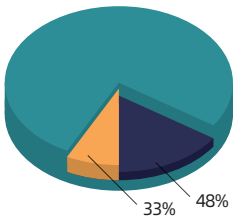

年龄 | **性别** | **社会职业** | **单独或多人活动**

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。这些标准通过一些社会人口统计学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。

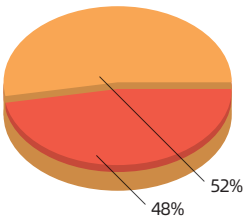
例子 **根据社会人口统计学标准对法国徒步旅行者进行分类：**



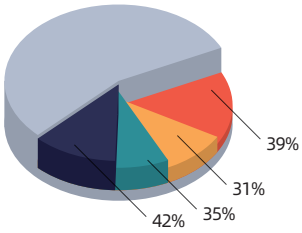
按照年龄划分：
（法国人口 6700万人）
约1800万的徒步旅行者
43%的人年龄超过50岁
27%的人为退休人员



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



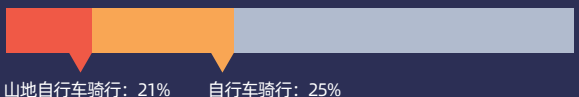
按照的性别划分：
法国拥有1600万徒步旅行者
52%为女性
48%为男性



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
在法国的1600万徒步旅行者中
有2.7%的人表示还会参与其他户外体育运动
其中包括在公路和自行车道上骑自行车（25%）
和山地自行车（21%）



（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。而这取得了良好的效果！

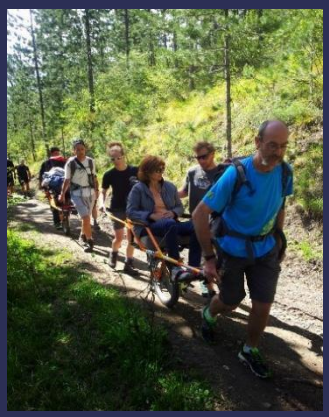


残疾人的徒步旅行活动

徒步路线的提供还应当考虑到此类行动不便人群，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。

为此类特殊人群提供徒步项目首先还是一种有公益性质的活动，有利于其融入社会。







©供图/pixabay.com：漫步在中国南海边的美奈沙丘（越南）

9.2d
根据活动方式







自主出游

协会或跟随导游

通过旅行社

有的游客自主规划徒步旅行；

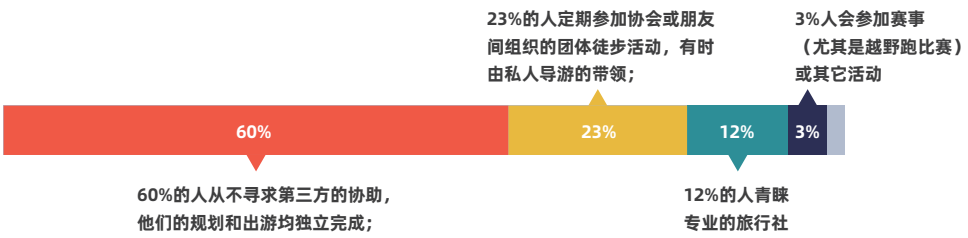
-有的游客会在徒步协会的协助下规划行程，为的是组织团体出游，并得到经验丰富的徒步旅行者的陪伴；

-有的游客会雇佣一名徒步导游；

-有的游客是旅行社的客人，购买了后者的旅游服务产品；

-还有的游客是在有组织的大型活动中参与徒步。

以下以法国为例，上述各种活动方式中，各类徒步旅行者的比例如下：



（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）

本章记忆要点


连接游客与徒步路线的因素有哪些？
符合游客期待的路线
针对各种人群的多种路线
正中游客目标的清晰选择
详细研究路线的类型
符合游客期待的服务
了解游客的个人特点
明确的管理政策
了解游客的期待