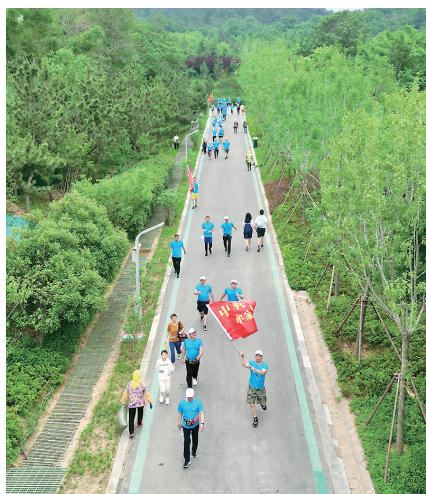


健步行领略浮山绿道风光。



海雾缥缈,缠绕着浮山顶;海风轻拂,凉爽着青岛人。全国多地迎高温“烤”验,青岛依旧用凉爽天气回馈着运动市民。在这样一个适合运动的日子,17日上午,浮山绿道热闹非凡,“感受精彩宜人 见证实干实绩”2023青岛环浮山绿道健步行活动在青岛浮山森林公园举行,146个团队、3500多名市民,举行浮山绿道正式开放以来的首个大型环山健步行活动,绘出全民健身火热画卷。



俯瞰浮山健步行活动。

3500多名市民激情打卡浮山绿道

这是浮山绿道正式开放以来首个环山健步行活动

3500多人健步浮山绿道

青岛不仅是美丽的海滨城市,也是一座依山而建的城市。山带给市民的不仅是丰富的植物资源,更是一个亲近自然的场所,因此青岛市民对于山有着独特的感情。浮山绿道建成开放后,成了市民争相前往打卡游玩的网红点。

本次活动由青岛市委市直机关工委、青岛市体育局、青岛市园林和林业局、崂山区人民政府、青岛日报报业集团共同主办,青岛市体育事业发展中心、青岛晚报·掌上青岛、崂山区教育和体育局共同承办。

17日上午,位于梅岭路上的浮山足球场朝阳洒金,旌旗猎猎,各团队排开整齐方阵,场面宏大壮观,展示出“全民健身 全民参与”的良好风采。随着主持人宣布活动开始,健步行团队依次出发,开启13.5公里的环浮山绿道行程。首次参加环浮山绿道健步行,参与者热情高涨,意气风发。大家纷纷为火热的全民健身氛围点赞、为美好的生活环境点赞、为高品质的公园城市建设点赞。

此次健步行活动从浮山足球场(浮山森林公园梅岭西路—海宁路出入口)出发,沿绿道顺时针行走一圈回到起点。沿途设有活动路标和指示牌,并设有4个“打卡补给点”,为健步行队伍免费提供补给。

走完全程的健步行团队洋溢着喜悦之情,凭明信片盖章领取纪念奖牌,并在颁奖台处拍照打卡。

此次健步行活动,让广大参与者以运动健身的方式走进青岛城市更新、城市建设带来的全新空间,感受“活力海洋



浮山健步行引来3500多人参加。

之都、精彩宜人之城”的最新变化,见证“以实干作答、以实绩交卷”的青岛新时代奋斗者风采。同时,也通过此次健步行活动,进一步助力营造全民健身的浓厚氛围,鼓励和引导广大市民积极参加体育健身活动,让全民健身成为青岛人的时尚生活方式。

线上健步行活动同时启动

为了扩大参与范围,让更多人走进浮山森林公园感受运动健身美好,此次环浮山绿道健步行活动在举行线下活动的同时,还开设线上活动部分。从6月18日起到12月底,市民个人可通过“环浮山绿道健步行”小程序随时参加。具体流程是,扫二维码进入报名系统,填写个人信息。在完成环浮山健步行后,将个人所拍摄的浮山美景或个人健步行照片,按规定上传到展示区(最少上传4张图片),并写下自己对参加环浮山绿道健步行的心得,即可领取“浮山绿道健步行”电子证书,并参与抽奖。抽奖奖品为价值100元左右的精美纪念品。

此次健步行活动,是我市全民健身系列活动的重要内容。

据了解,为有效推动全民健身与全民健康深度融合,提高全民健康水平,发挥好体育在满足人民群众对美好生活向往、促进经济社会发展等方面的重要作用,市体育局持续举办青岛市全民健身月、云上运动会、智力运动会、社区运动会、“青岛球王”系列公开赛、时尚体育季等形式多样的全民健身系列活动,引导更多的市民加入全民健身行列中,推动全民健身运动开展,加快建设体育强市,助力青岛全面建设社会主义现代化国际大都市建设。

“我在活动终点偶遇一位完成13.5公里健步行市民,她走了将近4个小时,说这是一生中参加的最大场面的健身活动,能够走完全程感觉自己很自豪,没想到能坚持到底。”青岛市体育局工作人员称,市民的积极参与让他们深受感动,同时也感受到全民健身工作责任重大,要推动全民健身与全民健康深度融合,深入人心,让更多人加入到健康健身的队伍,让老百姓打心眼里爱上健身。“这也给我们体育人拟出新的命题。办什么样的全民健身赛事活动,能让更多的市民群众参与,并且活动结束后能竖大拇指。全民健身工作任重道远,需要我们这代体育人思考。”

共护浮山绝美生态环境

2023青岛环浮山绿道健步行活动,除了倡导健身强体,还倡导生态环保理念。组委会在山上的宽敞区域设置了“我爱青岛,我爱浮山”打卡背景,让大家驻足留影。为了更好地分享城市更新和建设的精彩成就,线上健步行活动鼓励市民带头当好美丽青岛的宣传员、环境卫生的清洁员、城市文明的志愿者、全民健身推广者,并将向优秀宣传员、清洁员、志愿者、推广者赠送精美礼品。

浮山是青岛市区内海拔最高的山,被称为青岛的“城市之肺”。浮山之美之胜,不仅仅在于其九峰排列,峻峭秀拔,更在于它人文荟萃,历史积淀深厚。天安门广场人民英雄纪念碑的巨大花岗岩基石就取自浮山。2022年6月以来,青岛公园城市建设三年攻坚行动以浮山、太平山两山整治建设为核心,打造“海滨风景、公园生活、魅力都市”。4月27日,长13.5公里的浮山森林公园绿道

正式开放,它把青岛人“望山能登山、近山能游园、游园能环山”的梦想照进了现实,向世界展开了一幅独具特色的山海湾城相融的美丽画卷,作出了“绿水青山就是金山银山”的青岛实践。浮山都是青岛市民传统的休闲健身场所,随着浮山绿道建设完工和正式开放,这里迅速成为青岛新的休闲健身网红打卡地。浮山森林公园绿道正打造成为以游憩、健身为主,兼具市民绿色出行和生物迁徙等功能的廊道,形成慢跑健步的特色游线,让广大市民共享高品质绿色生态空间,增强人民群众的获得感、幸福感。

公园城市建设是城市可持续发展的新模式和新趋势,它强调人与自然和谐共生,是推动城市环境和居民生活质量改善的有效途径。青岛市的公园城市建设,以生态优先、绿色发展为引领,通过将绿色空间与城市发展相结合,为市民创造了更多的休闲娱乐场所和美丽宜居的环境。同时,公园城市建设也在推动城市经济转型升级方面起到了积极作用。青岛市以绿色经济为核心,通过生态价值的转换和利用,实现生产生活和生态空间的和谐共存,助力城市可持续发展。

随着公园城市建设攻坚行动的全面展开,青岛城市更新和城市建设迎来了崭新机遇。2022年,全市公园城市建设已完工项目350个,建设山头公园60个、城市绿道163公里、口袋公园79个、林荫廊道59条、立体绿化114处,为市民提供了更多绿色休闲空间。

观海新闻/青岛晚报 记者 徐美中

关注晚报视频号 看更多精彩内容



市民积极参加健步行活动。



市民打卡健步行。