

微风正好，阳光不燥。

11月16日一大早，神农广场锣鼓声阵阵，人声鼎沸，热闹非凡，近5000名毅行者汇聚神农广场，等待一年一度徒步湘江毅行开拔的一声号令。8时许，市委常委、市委宣传部长长江小忠宣布活动正式启动。

启动仪式上，株洲日报社党组书记、社长、总编辑谌孙爱在致辞中介绍，徒步湘江环保毅行是株洲市首个全国优秀志愿服务项目，从2008年开始，已成功举办十三届，深受广大市民、志愿者欢迎和社会各界好评，累计参与人数达6万人，累计收取的220多万元报名费，捐赠给萤火虫公益助学项目。充分展示了这项活动的巨大魅力，也彰显了株洲这座制造名城的幸福底色。今年更是得到41家爱心单位的大力支持。阳光人寿株洲中心支公司相关负责人丁鹤平表示，公益是天底下最阳光、最崇高的事业，徒步湘江环保毅行是株洲市一项美誉度高、参与度广的公益活动，和阳光人寿的理念高度契合，今年已是该公司第八年作为保险赞助单位，助力该项活动。

本次活动由株洲市文明办、株洲日报社联合主办，得到中国体育彩票的大力支持，由株洲晚报志愿者联合会具体承办。

市委宣传副部长丁奇志，株洲日报社党组书记、社长、总编辑谌孙爱，市文化旅游广电体育局党组成员、副局长张刘海分别为株洲晚报志愿者联合会骨干、爱心艺术团团长邹明星，毅行志愿者代表、市红十字会蓝天救援队队员陈亮清，萤火虫助学优秀志愿者代表刘俊分别授株洲晚报志愿者联合会会旗、2024第十四届徒步湘江环保毅行旗、萤火虫公益助学旗。

今年报名人数再创新高，达到近5000人，设亲子组6公里和常规组23.8公里两大组别，满足不同年龄层与体能需求。徒步线路，经过全面优化升级，毅行者从神农广场出发，途径航模广场、清水塘大桥、清水塘公园、石峰公园、永利码头等多个有代表性的自然景观地带和人文底蕴空间，尤其是穿越清水塘大桥与清水塘城市公园的“最美景观步道”，让选手们在行进中既能欣赏美景，又能呼吸新鲜空气。

毅行途中，他们或结伴而行，或独自挑战，相互鼓励、支持；或疾步快走，或稳步前行，不断超越自我。整个湘江沿岸，充满了热烈的气氛和激昂的斗志，让人感受到运动的无限魅力。欢呼的人群、胜利的喜悦，成为每一位参与者人生辉煌历程的最好见证，这些美好记忆，永远镌刻在幸福株洲的勃勃生机之中。

湘江环保毅行，不只是挑战自我、锻炼身体的徒步，也是一场“集聚萤火 与爱同行”的大型助学活动。今年，徒步湘江毅行共收到报名费232750元。民谣之夜晚会上，组委会将这笔报名费捐赠给萤火虫公益助学，用于资助株洲地区6岁-14岁贫困学童。



活动为晚报志愿者授旗。



毅行活动正式启动，市民们纷纷出发参与。



参与毅行的市民信心百倍，奋力前行。



英国参与者开心到达终点。



毅行终点，市民们举起证书，非常自豪。

## 毅行不止 爱心不辍 公益路上 我们再相见

株洲晚报融媒体记者/旷昆红 杨凌凌/文 刘震 徐健浩 杨凌凌/图

### 花絮 1

感谢「守护的力量」

由公安民警、120急救人员、志愿者、蓝天救援队成员以及株洲弘骑单车俱乐部的骑行队员，还有来自市中心医院、省直中医院、市人民医院、市恺德心血管病医院的医护人员组成的保障团队，在毅行活动中扮演着至关重要的角色。他们在毅行途中的各个补给站点提前到岗，随时待命，为所有参与者提供最踏实、安心的保障，确保参赛者有足够的体能支撑走完全程。

对于毅行者来说，活动的精彩始于宣布启动口令的那一刻；而对于保障人员而言，他们必须在晨光初现时就到岗到位。赛事途中的每一个补给站点、每一个分岔路口，都能看到公安民警、志愿者和医护人员忙碌的身影，他们为参与者保驾护航。从石峰公园打卡点进入永利码头打卡点，必须过马路，蓝天救援队的志愿者在斑马线旁指挥交通，确保毅行大队安全过马路。老熊包子铺也从一大早就开始烹制美食，将补给餐食送到清水塘公园打卡点的补给站点，为毅行者和志愿者提供保障服务。

在每个打卡点，志愿者还充当摄影师，热心地为毅行者拍照留念。志愿者的周到服务赢得了广泛赞誉，他们成为赛道上一道温暖的风景线，被毅行者亲切地称为“最贴心”“最周到”的服务者。

### 花絮 2

「民谣之夜」唱响神农湖畔

每一首民谣，都是旋律、歌词经过的岁月，或有遗憾或有不舍。你我的故事，都写在民谣的旋律里。11月16日晚6时30分，在神农湖畔水秀广场，“民谣之夜”公益演出在这里举行，现场座无虚席。

此次民谣之夜由5支民谣乐队倾情演出，他们是草帽乐队、备乐团乐队、彩虹骑士乐队、时间之河乐队和万花·静乐队，每支乐队都带来4—5首精心挑选的歌曲，演绎了大家耳熟能详的《故乡》《贝加尔湖畔》《夜空中最亮的星》的曲目，也演唱了《时间之河》《万花静》等乐队原唱曲目，一首首富有激情、奔放而又不失细腻的乐曲让观众听得酣畅淋漓。

草帽乐队不是第一次参加徒步湘江毅行的民谣之夜公益演出，他们表示，在受到音乐爱好者形成强烈共鸣的同时，也希望为整个社会的公益事业作出自己应有的贡献。

### 花絮 3

姐妹情深，「五朵金花」徒步湘江

在秋意渐浓的季节，近5000名选手参与了6公里和23.8公里两个组别的徒步挑战，沿着湘江步道，体验株洲城市的独特魅力。

在第三签到点处，五位头戴特色发箍的女生组成了一道亮丽的风景线。其中一位虽脚踩着创可贴，步履略显蹒跚，却仍坚持前行，其余四位则始终相伴左右，为她加油鼓劲，直至全员顺利取得签到贴。她们被称为“五朵金花姐妹团”。陈女士表示，这是她们第四次一起参加徒步湘江毅行，她们热爱健身，经常共同参与各类赛事。这次活动不仅是挑战自我，更是享受相聚时光。

为了这次徒步，姐妹们定制了专属的加油横幅和发箍，寄托着对彼此的期望和鼓励。在快节奏的生活中，与好友共度时光变得珍贵。这场徒步不仅是一次旅行，更是一段难忘的记忆。沿途，姐妹们共享运动的愉悦，倾诉生活的点滴，加深了彼此的理解与情谊。

### 花絮 4

外籍毅行者眼中的株洲魅力

在本次活动中，英国人Matty(马蒂)——株洲的“洋女婿”——成为一道特别的风景。十年前，他跨越大洋来到株洲，成为外教，并与这座城市结下了深厚的情缘。

热爱跑步和徒步的马蒂，喜欢在工作之余与家人漫步株洲，享受这座城市的宁静与舒适。他对株洲的宜居环境赞不绝口，认为这里比北京、上海更加宜人，生活节奏也更合他的心意。

在毅行活动的终点，马蒂手持环保包，畅饮志愿者提供的水，满脸笑容地分享他的体验：“今年的路线非常美丽，让我感受到了株洲现代与历史的融合，那份独特韵味深深吸引着我。”他习惯用脚步探索城市，感受每个地方的风情与魅力。

对于这次毅行，马蒂给出了极高的评价：“这真是一次独一无二的体验！这样的活动，既富有意义，又让人感到无比满足。”马蒂的话语中，充满了对株洲这座城市的深情与对毅行活动的赞赏。

### 花絮 5

温馨时刻，祖孙三人齐上阵

在亲子组终点，一幕温馨的画面吸引了众人的目光：7岁的小毅行者壮壮，充满活力地冲向签到点，兴奋地向奶奶炫耀自己一直领先。奶奶满脸欣慰，笑着承认跟不上孙子的步伐。

壮壮是个热爱运动的孩子，每周都会和爸爸一起锻炼。他和奶奶经常一起骑行，享受祖孙间的温馨时光。“儿媳妇是活动宣传组的志愿者，十分爱运动，家庭的运动氛围越来越浓厚。”今年是他们祖孙三代第三次一起参加毅行，奶奶认为，这样的活动既能锻炼身体，又能放松心情，非常适合全家参与。

起初对徒步6公里感到难以置信的壮壮，发现实际并不那么艰难，他享受了沿途的风景和与家人的欢乐。

“我们要以这次徒步为新的起点，继续坚持下去。”壮壮的奶奶说，“我们要走出健康，走出快乐，更要走出一个更加团结、更加友爱的大家庭。”

### 鸣谢(排名不分先后)

- 一、协办单位
- 株洲市社会组织促进会
  - 株洲市青年志愿者协会
  - 株洲市国防教育促进会
  - 株洲神农城文化旅游发展有限公司
  - 株洲市鸿洲社会工作服务中心

- 二、爱心赞助单位
- 阳光人寿保险股份有限公司株洲中心支公司
  - 湖南仁仁洁国际清洁科技集团股份有限公司
  - 湖南省老能家餐饮管理有限公司
  - 王捌院子城南区
  - 湖南湖畔隐集餐饮管理有限公司
  - 湘潭全智水业有限公司
  - 康师傅方便面
  - 株洲土真贸易有限公司
  - 中国移动通讯集团湖南有限公司株洲分公司
  - 株洲市美的房地产发展有限公司

- 三、协助执行单位
- 株洲市公安局交通警察支队
  - 株洲市公安局交通警察支队
  - 株洲市公安局天元分局治安大队
  - 株洲市公安局芦淞分局治安大队
  - 株洲市公安局石峰分局治安大队
  - 株洲市公安局交警支队石峰大队
  - 株洲市公安局交警支队天元大队
  - 株洲市公安局交警支队芦淞大队

- 四、后援支持单位
- 株洲市公共交通集团有限责任公司
  - 株洲市红十字蓝天救援队
  - 株洲弘骑单车俱乐部
  - 株洲市绿舟应急救援促进中心
  - 株洲市兄弟舞美有限责任公司
  - 株洲市中心医院
  - 湖南省直中医医院
  - 株洲市人民医院
  - 株洲恺德心血管病医院

- 五、文艺团队
- 株洲爱碳文化传媒有限公司
  - 幸福之声主持人团队
  - 王子非洲鼓舞部落
  - 天元区汇宗国术馆
  - 草帽乐队
  - 备乐团
  - 彩虹骑士乐队
  - 时间之河乐队
  - 万花·静乐队

出发市民特写。



大家聚集在一起，进行大合照。



毅行打卡点，啦啦队花式加油。