

茂名市第十一届全民健身徒步活动火热报名中 剧透! 徒步路线精彩不断

文/图 茂名日报社全媒体记者 宁钰燕 张波

茂名市第十一届全民健身徒步活动将于12月20日正式举行,目前报名通道已全面开启。本届活动以“山海同行迎省运 全民助力‘百千万’”为主题,主会场路线全长约13.8公里,串联古荔园、美丽乡村与特色文旅地标,让参与者在绿意盎然中畅快运动的同时,沉浸式感受家乡发展变迁。那条主会场路线究竟有七“料”?记者提前实地探营,为大家解锁这场徒步盛宴的精彩亮点。



扫一扫,“码”上报名



扫一扫更精彩

步步皆景,欣赏田园风光的生态之美

告别城市喧嚣,今年的主会场路线带徒步者真正“走进山水间”。全程约13.8公里的路线起点设在羊角镇绿段古荔园,途经东江小学、元坝桥头村、贵妃广场、美荔台,最终抵达柏桥服务区(西区),并在中共茂名市委党校新校区设置返程乘车点。整条路线蜿蜒于乡道村路之间,满目葱茏,构成了一条步步皆景的生态廊道,集中展现了“百千万工程”实施以来茂名乡村环境整治与生态建设的扎实成效。

起点绿段古荔园是徒步者的首个绝佳打卡点。这片坐落于浮山岭余脉坡地的古荔园,涵盖车田园、龟尾园、武馆园三大片区,500亩土地上完好保留着468棵古荔枝,最古老的植株可追溯到1938年。这里的古荔枝千姿百态,枝干苍虬、枝叶参天。如车田园,进门便是上千年的黑叶古荔枝,老而弥坚,粗糙嶙峋的树皮诉说着千年传奇;不远处的古荔亭可供歇脚,满园荔枝木香沁人心脾。有兴趣的徒步者不妨在古荔园里寻找那棵最年老的古树,与千年荔枝来张合影,再活力满满回归主路。

第二站行至东江小学与爱国村村口,小东江在此划出一道优美弧线,开阔视野令人心旷神怡。远处浮山岭巍然矗立,近处江水碧波澄澈,岸边栈道蜿蜒,两岸村居错落有致,山水田园的静谧之美跃然眼前,随手一拍都是风景大片。

第三站来到茅园村与桥头村交界处的观景台,这里是俯瞰山野的佳位。登上观景台,绵延山岭绿意葱茏,小东江穿过堰坝顺流而下,水声淙淙与蓝天白云相映成趣,既能感受生态治理的显著成效,又能体会自然与人文的深度交融。

第四站到达元坝桥头村,这里更是将新农村美景展现得淋漓尽致。村庄背靠红荔阁,前临根子河,是大唐荔乡核心区的重要组成部分,近年来在乡村振兴过程中,注重生态环境保护和改善,发展生态农业,成为茂名首批建成的美丽乡村示范样板村。徒步至此,映入眼帘的两棵树龄350年的芒果树枝繁叶茂、生机盎然,树下石碑刻着“琴瑟永谐”的美好寓意;整个村庄白墙灰瓦,山环水绕,环村沥青路蜿蜒向前,民宿、荔枝与亭台楼阁交错分布,生态宜居、产业兴旺的乡村新貌让人忍不住频频按下快门。

值得一提的是,返程乘车点所在的中共茂名市委党校新校区,堪称路线“隐藏颜值担当”。白墙青瓦、碧波环绕的党校新校区,毗邻根子镇柏桥村,占地面积约341亩,与周边的柏桥服务区、中国荔枝博览馆等共同构成柏桥荔博园建筑群。这里不仅是干部培训的新高地,更成为展现茂名城乡发展的重要窗口,气势恢宏、意境悠远,为徒步之旅画上完美句点。



▲元坝桥头村景色。

◀中共茂名市委党校新校区。



禄段古荔园。

地道风味,品尝山海茂名的饮食之美

运动的快乐,还少不了美食的加持。沿途遍布的地道风味,让这场健身之旅变身舌尖上的盛宴,为徒步者补充满满能量。

途中,柏桥农创园这一特色商圈紧连柏桥广场、柏桥大舞台、柏桥讲堂、强村公司,为参与者提供了一站式的游玩、购物和餐饮体验。在这里,可以购买荔枝酒、荔枝干、化州橘红等特色农产品,品尝荔乡凤、怀乡鸡等美食。农创园依托荔枝产业打造的“农交文旅商”融合发展平台,是“百千万工程”推动下联农带农、助力乡村振兴的生动实践。

在柏桥服务区内,各类茂名特色小吃更是令人食欲大动。食惯嘴粉、化州牛杂、簸箕炊、官桥煎堆、根子豆饼角等小吃应有尽有,每一口都是地道“茂名味”。

在荔枝乐园,美食摊子香飘四溢,令人垂涎三尺。不仅有茂南猫屎糖、阿宋家粽、茂名荔枝酒等本土风味,还有如糍糕、牛肉饼等陕西风味,或是焦香四溢的猪扒包、清新解腻的柠檬茶等……多样化的美食选择让这趟休闲健身的运动之旅瞬间变成大快朵颐的美食之行。

这条集齐“好‘睇’”“好‘料’”“好‘食’”于一身的徒步路线,将自然野趣、人文底蕴与乡村活力有机融合,既是一次锻炼身体、迎接省运的运动之旅,也是一场亲近自然、感受“百千万工程”建设成效的深度体验。路线上还有更多好看打卡、好吃品尝的地方等着徒步市民——挖掘、细细感受。心动不如行动,目前报名通道已开放,可一键扫码线上报名。12月20日,一起用脚步丈量茂名新变化,齐为省运助力添彩!



禄段古荔园。



精彩100里沿途风光。



柏桥服务区(西区)。



途经东江小学。



美荔台。

穿古越今,体验千年荔乡的文化之美

自然风光是这次徒步活动的“视觉盛宴”,那穿古越今的文化体验更让本届活动主会场路线十足好“料”。

主会场徒步路线的终点是柏桥服务区(西区),这里不仅仅是一个歇脚处,而是一个集交农文旅商于一体的文化打卡空间。在这里,非遗书屋、数字艺术馆、手作馆等主题展馆让人目不暇接,更有非遗技艺现场体验,切身感受茂名传统文化的独特韵味;潘茂名中医药文化区、镇江陶瓷体验馆、电白沉香手作区等特色空间还提供亲手制作的机会,让文化记忆成为可带走的“徒步纪念品”;“乐驿+”便利店内,1000余种商品集中展示着茂名“五棵树一条鱼一桌菜”的特色产业成果,逛累了不妨挑几样心仪的特产。

沿着景观天桥穿过服务区西区,便步入融合荔枝元素与高凉文化的荔枝乐园。入口处,“长安东街”牌坊巍然矗立,浓郁的“唐潮”气息扑面而来。园区整体以盛唐市井格局为规划,精心复原的“长安盛景”,令人恍若穿越时空,在古韵与现代生机的交融中,感受千年荔枝文化焕发新活力。走在街上,唐风美陈随处可见,香气扑鼻的美食摊、琳琅满目的文创店错落分布,专门设置的儿童乐园里,滑梯、秋千等设施齐全,成为亲子徒步的好去处。

主办方还透露,除了固定打卡点的文化体验,13.8公里的徒步路线中还将“随机掉落”丰富文艺节目,让市民踏歌而行,步步精彩,在运动中感受文化活力。

步活动的内涵更加丰富,“这是一件非常有意义的事”。

作为一名徒步爱好者,谭金鸥平日里经常穿梭在城市的广场、绿道等场所。在他看来,徒步不仅是一项有益身心健康的运动,更是认识城市、感受家乡发展的重要方式。“在徒步的过程中,能清晰地看到城市的变化,见证乡村的振兴,这种亲身感受带来的触动特别深刻。”他表示,茂名徒步活动如今已举办至第十一届,多年来积累的巨大影响力使其成为每年备受关注的城市盛事之一,这让他倍感自豪。

谈及对2025年茂名徒步的期待,谭金鸥难掩兴奋之情。他不仅表达了继续参与活动的强烈意愿,还特别提到希望在徒步途中领略柏桥服务区、党校新地址等地标的独特美景。同时,他也提出了自己的建议,希望未来的徒步活动能融入更多文化元素,比如设计专属吉祥物等文创产品,进一步提升活动的文化底蕴和吸引力,让好心茂名徒步活动在全民健身的基础上,成为展现城市文化魅力的重要平台。

为好心茂名徒步活动打CALL 歌曲《徒步绿道》走红网络

■茂名日报社全媒体记者 欧梦霞

本报讯“欢心走同乐游沿途美景映眼帘,乡村振兴果树新楼美啊美不胜收,健步走啊江水悠悠清新空气拂眉头,嘿,徒步的喜悦涌心头……”近日,一首节奏明快、充满生活气息的歌曲《徒步绿道》在网络上悄然走红,歌词中描绘的沿途美景与徒步喜悦引发众多网友共鸣。

歌曲《徒步绿道》以即将举行的茂名市第十一届全民健身徒步活动为核心创作,提前点燃了市民对活动的期待热情。据悉,茂名市第十一届全民健身徒步活动将于12月20日正式开走。

记者专程采访了《徒步绿道》的作词者谭金鸥,探寻歌曲背后的创作故事,以及他对本次徒步活动的建议与期待。谭金鸥向记者透露,创

作这首歌曲的初衷,源于今年徒步宣传片带来的触动。“当时看到宣传片里展现的茂名风光和徒步氛围,特别有感触,就想着能不能通过歌曲的力量,为这场城市盛事再添一份色彩。”

为了让歌曲与徒步活动高度契合,谭金鸥在创作时紧扣本次徒步路线,将沿途的乡村新貌、江水风光等景致融入歌词之中。在句式设计上,他特意采用了大部分三字或四字一顿节的结构,打造出强烈的节奏感和十足的韵律感,其节奏与徒步的步伐速度高度接近,让听众在传唱时仿佛能感受到徒步的活力。

“歌曲的力量是不容小觑的。”谭金鸥强调,通过歌曲的广泛传唱,不仅能让更多人知晓茂名徒步活动,扩大活动的影响力,还能因为这个成熟的城市品牌活动留下独特的文艺印记,让徒