

# 徒步发言稿(汇总8篇)

典礼在社会中具有重要的社交功能，它可以成为人们互相交流和建立关系的平台。典礼涉及到的参与者需要按照规定文明参与，做到服从指示、守时守纪。在下文中，您将看到一些典礼的成功案例，颇具创意和独特性，希望能给您带来启示。

## 徒步发言稿篇一

“水华郡”20xx年徒步节马上就要开始了。这是我市的首届徒步节，是我们热爱体育锻炼人的一件盛事，也是对我市全民健身运动的一次有力推动。经过一个多月的筹划，在天牛传媒公司和有关方面共同努力下，各项工作已准备就绪。为了使活动更加安全有序进行，下面我就活动时应注意的事项作如下说明。

一、安全第一，参加活动的人员要一切行动听指挥，严格按照活动方案开展活动；徒步、骑行必须按规定的路线行走。徒步路线是：广场（红绿灯直行）—杨林大道—瑞景华庭—金三角（右转）—社保局（右转道直行）—瑞客隆超市（叉路口左拐）—北夜市城南口—轧花厂（叉路口右拐）—城东供电所（叉路口左拐）—富豪花城（叉路口右拐）—瑞民家园—溢城东路—金矿加油站（红绿灯直行）—新中医院—瑞码快速通道（叉路口右拐）—赛湖总厂（红绿灯左拐）—安定湖公园（叉路口左拐）。活动过程中要严格遵守交通规则，在交通口注意避让来往车辆，不能闯红灯；我们不比谁跑得快，不计名次，只要坚持走到终点者都可参加抽奖；在活动中大家要相互关心，相互帮助，各位队长和安全引导员要随时关注队员的活动情况，若发现有人身体有不适，应立即劝其退出活动；在活动结束退场时要有序地散场，不要在路口逗留；引导员在做好安全引导的同时也要注意自身的安全；活动时的‘安全责任自负，组织方不承担安全责任。

二、参加活动人员要自觉保护环境卫生，个人弃物要丢进垃圾桶或随身带走。

三、组织方在起点和终都设有补水点，队长可派人统一领取，也可自己领取。

四、徒步骑行结束后举行抽奖活动。特等奖及一、二、三等奖现场颁奖，喊号三遍后若无人领奖，则作弃权处理，重新抽取。其他奖项在对奖区张榜公布，对号领取。

五、最后说一下活动开始的次序：骑行队先行，然后徒步的队伍出发，由一至六大队领头前行，各团体单位紧随其后，最后是七、八、九大队压阵，出发时按四列纵队行进，途中根据需要可变换队形。

全民健身，让我们共同努力！预祝水华郡20xx年徒步节圆满成功！

下面我宣布水华郡20xx徒步节开始！出发！

## 徒步发言稿篇二

各位朋友：

大家好！

“水华郡”xx年徒步节马上就要开始了。这是我市的首届徒步节，是我们热爱体育锻炼人的一件盛事，也是对我市全民健身运动的一次有力推动。经过一个多月的筹划，在天牛传媒公司和有关方面共同努力下，各项工作已准备就绪。为了使活动更加安全有序地进行，下面我就活动时应注意的'事项作如下说明。

一、安全第一，参加活动的人员要一切行动听指挥，严格按

活动方案开展活动；徒步、骑行必须按规定的路线行走。徒步路线是：广场（红绿灯直行）—杨林大道—瑞景华庭—金三角（右转）—社保局（右转道直行）—瑞客隆超市（叉路口左拐）—北夜市城南口—轧花厂（叉路口右拐）—城东供电所（叉路口左拐）—富豪花城（叉路口右拐）—瑞民家园—溢城东路—金矿加油站（红绿灯直行）—新中医院—瑞码快速通道（叉路口右拐）—赛湖总厂（红绿灯左拐）—安定湖公园（叉路口左拐）。

活动过程中要严格遵守交通规则，在交通口注意避让来往车辆，不能闯红灯；我们不比谁跑得快，不计名次，只要坚持走到终点者都可参加抽奖；在活动中大家要相互关心，相互帮助，各位队长和安全引导员要随时关注队员的活动情况，若发现有人身体有不适，应立即劝其退出活动；在活动结束退场时要有序地散场，不要在路口逗留；引导员在做好安全引导的同时也要注意自身的安全；活动时的安全责任自负，组织方不承担安全责任。

二、参加活动人员要自觉保护环境卫生，个人弃物要丢进垃圾桶或随身带走。

三、组织方在起点和终都设有补水点，队长可派人统一领取，也可自己领取。

四、徒步骑行结束后举行抽奖活动。特等奖及一、二、三等奖现场颁奖，喊号三遍后若无人领奖，则作弃权处理，重新抽取。其他奖项在对奖区张榜公布，对号领取。

五、最后说一下活动开始的次序：骑行队先行，然后徒步的队伍出发，由一至六大队领头前行，各团体单位紧随其后，最后是七、八、九大队压阵，出发时按四列纵队行进，途中根据需要可变换队形。

全民健身，让我们共同努力！预祝水华郡xx年徒步节圆满成功

功！

下面我宣布水华郡徒步节开始！出发！

## 徒步发言稿篇三

大家好！

我是xx户外休闲群里的xx也是本次七台河市勃利县西大圈国家地质公园休闲游的发起人。今天很高兴再次跟新、老群友们见面xx户外休闲群每周周六活动一次（特殊原因除外）活动发布及报名都在群社区的.群活动里，请群友每天及时关注。我们通过户外徒步活动，磨练了意志、陶冶了情操、锻炼了身体、培养了团队合作意识与进取精神并欣赏了崇山峻岭、翰海大川等自然环境。

户外徒步虽然好但是安全问题却不容忽视，安全是一切活动的前提保障，没有安全的保证一切活动都会失去意义，都是失败的，所以户外活动安全意识是第一位，下面为了确保本次活动圆满完成我提出以下几点安全要求：

- 1、本活动，纯属个人的户外徒步爱好，属于自愿参与、义务联络、风险自负，相约同游的活动。
- 2、报名者必须对自己的体能和健康状况评估，全程需独立自助。
- 3、活动期间注意环保，不准乱扔垃圾和废弃物，严禁带火种上山，爱护花草树木、自行购买旅游或意外保险。
- 4、参加活动的驴友视同默认《xx户外休闲群活动规章制度》，活动中个人如有意外或意外伤害事故，组织者不承担任何责任。

5、再次声明：本活动为纯自助aa制，非商业化活动。费用均摊，一切自助。户外活动存在风险，请谨慎参加。

## 徒步发言稿篇四

各位领导、同志们大家上午好！

今天我们齐聚一堂来到兴隆镇旅游环线参加由县总工会、县体育局主办的20xx年秋季徒步健身活动。其目的在于提振大家的'精气神，为实现县委、县府提出的立足生态涵养区发展，加快推进生态文明建设，实施“三步走”战略而奋进。全力以赴用今年剩下的时间完成各项工作任务，确保实现我县综合考核“争五保六”的目标。

下面我们进行本次活动开幕式第一项，请为本次活动致开幕辞。

下面进行第二项，请宣布活动开始。

## 徒步发言稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

阳春三月，草长莺飞。根据学校准军事化管理领导小组决定：从明天起，对全体在校生进行每一个班级为期三天的军政训练。军政训练，是对同学们自强、自立能力的挑战和磨练，同时也是同学们学习军队的优良作风、培养顽强拼搏意志品质的大好时机。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。军训，是磨练意志的训练；是铸造性格的训练；是生存能力的训练，是升华灵魂的训练！军训是学习，军训是磨练，军训是收获，军训更是考验。希望大家以饱满的热情、旺盛的斗志、顽强的毅力、威武的军姿、辉宏的气势来展示保定工业学校学子的勃勃生机和奋发向上的精神风貌。通过军训这一课的锻炼培养，我相信每一位同学都能够养成良好的品格和严谨

扎实的作风，为顺利完成学业、走上工作岗位奠定坚实的基础。

为把这次军政训练开展的扎实有效，圆满成功，我代表学校向全体参加军政训练的学生提出以下几点要求：

第一，端正态度，提高认识。军政训练，不仅要训思想、训纪律、训作风、训精神，更要培养同学们的团队意识；全体同学要以真诚为原则，以坚强为信念，以昂扬的斗志，饱满的热情，振奋的精神，接受军训的锤炼，出色的完成训练任务。去年10级同学参加了军事训练都受益匪浅。

第二，要尊重教官，虚心向教官学习。同学们一定要抓住这次机会，珍惜这段经历，虚心学习军人的'好思想、好作风和好传统，并以此为动力，刻苦学习、以过硬的技能立足于社会。

第三，要严格要求自己，接受艰苦训练。军政训练与同学们平时生活相比，会感到劳累、枯燥，你们必然要面对各种困难与挑战，俗话说的好，“千金难买儿时苦”。因此，你们必须要正视困难，迎接挑战，要把军训看作是磨练意志，培养承受挫折能力和吃苦耐劳精神的极好机会，不畏艰难，百折不挠。在训练过程中，要集中精力，严以律己，积极主动，一丝不苟，在军训中磨练自己的意志和精神品质。

第四，要严格遵守纪律，一切行动听从指挥。遵守纪律，听从指挥是军人的天职，是战胜困难的重要条件。要尊重教官，服从教官，做到一切行动听指挥，增强组织纪律观念，不准迟到、早退、旷训，无教官批准不准请假。同学们在军训期间要像一名真正的军人那样用严格的纪律约束自己，遵纪守法，令行禁止。通过军训增强纪律观念，形成良好的行为习惯，为今后学习期间的有序生活打下坚实的基础。

第五、团结协作，步调一致。军政训练是锻炼自我，考验自

我的一次机遇，全体同学要发扬军队的优良革命传统，不怕流汗，不怕困难，团结合作，刻苦训练，努力培养自己吃苦耐劳的顽强的意志品质。

第六、高标准、严要求搞好内务卫生。不放过细节问题，养成良好的生活习惯，创造良好的生活学习环境。

## 徒步发言稿篇六

在xx县“迈好开局年 健康十二五 建设美xx”巾帼徒步活动上的讲话 xxx□20xx年x月xx日）各位姐妹们： 大家下午好！

冰雪消融，万物复苏，今天全县各族各界妇女姐妹们相聚在这里，怀着对新年的美好憧憬与向往，在一年一度的三八国际劳动妇女节前夕，县xx举办“迈好开局年 健康十二五 建设美xx”巾帼徒步活动，既是对我县各界女同志以实际行动践行十二五规划的一次大动员，也是对我县全民健身活动丰硕成果的一次大检阅，更是利用宣传这种低碳环保绿色的健身方式，以徒步健身为载体，对全县各族妇女群众建设和谐、秀美xx精神风貌的一次大展示。

□ 1 □

色彩的“庭院文化”，丰富了各族妇女群众的业余生活，展现了我县广大妇女群众奋发有为、健康向上的精神风貌。今天□xx县“迈好开局年 健康十二五 建设美xx”巾帼徒步活动必将激发全县广大妇女群众积极参与徒步健身活动的热情，进一步掀起全县广大妇女群众健身热潮，为提高我县广大广大妇女群众健康水平起到积极促进作用。

姐妹们，让我们在行走的过程中，寻觅生活的真谛，感受自然的美好，探索文化的奥秘，缔结真挚的友谊。让我们迈开双脚，携手共进，走出健康，走出美好！

我是xx户外休闲群里的xx也是本次七台河市勃利县西大圈国家地质公园休闲游的发起人。今天很高兴再次跟新、老群友们见面xx户外休闲群每周周六活动一次（特殊原因除外）活动发布及报名都在群社区的群活动里，请群友每天及时关注。我们通过户外徒步活动，磨练了意志、陶冶了情操、锻炼了身体、培养了团队合作意识与进取精神并欣赏了崇山峻岭、翰海大川等自然环境。

## □ 2 □

户外徒步虽然好但是安全问题却不容忽视，安全是一切活动的前提保障，没有安全的保证一切活动都会失去意义，都是失败的，所以户外活动安全意识是第一位，下面为了确保本次活动圆满完成我提出以下几点安全要求：

- 1、本活动，纯属个人的户外徒步爱好，属于自愿参与、义务联络、风险自负，相约同游的活动。
- 2、报名者必须对自己的体能和健康状况评估，全程需独立自助。
- 3、活动期间注意环保，不准乱扔垃圾和废弃物，严禁带火种上山，爱护花草树木、尊老爱幼；我们沿途有很多的公共设施 and 农作物，需要大家悉心呵护，遵守当地风俗习惯。避免不必要的麻烦。
- 4、发扬团队协作精神，要互相照顾和相互督促，不做无保护的攀爬、冒险活动。
- 5、参加徒步活动人员应注意途中安全，一定要听从指挥，尽量靠道路两边走，不要成群行走，行走队伍要一路有序前进，不能追逐打闹，不唧唧歪歪；遇上交通汽车避开让行，以免堵塞车道，中途毅行人员不准私自去往别的线路。



### □ 3 □

防被突如其来的洪水冲走。

7、出发前请把组织人的电话号码留给家人，以备紧急时联络。

8、有事情请假，不能单独行动，必须3人成队伍出行。 9、活动前遇大雨以上即自动取消或因外力因素取消活动，将在本论坛中通告，敬请留意。

10、天凉时，注意保暖；天热时，注意降暑同时请不要下水游泳，以免事故发生。为以防万一，每次参加户外活动的驴友，建议出行前自行购买旅游或意外保险。

11、参加活动的驴友视同默认《xx户外休闲群活动规章制度》，活动中个人如有意外或意外伤害事故，组织者不承担任何责任。

12、再次声明：本活动为纯自助aa制，非商业化活动。费用均摊，一切自助。户外活动存在风险，请谨慎参加。

“感恩奋进”徒步拉练活动讲话稿 尊敬的各位领导、各位老师，亲爱的同学们：

我们期盼已久201x年春期“感恩奋进”徒步拉练活动将在今天举行，在这儿我强调几点：

### □ 4 □

一、我们学校已经确定了徒步拉练的路线：

打古中学---合江县五通镇大岩聚居点（休息）---打古古纯小学（休息）---打古中学。三段路程分别为8千米，4千米，5千米，全程17千米。

二、我们学校为大家准备好了“爱心车”。

行进途中发现自己身体不适，不能坚持了，必须乘车随队前进。

三、休息地点注意事项：

合江县五通镇大岩聚居点和打古古纯小学操场，全体带队教师与学生集中指定地点休息，不得擅自离散。回程前请将垃圾清理完毕。

四、行进中的要求：

1、随队领导、教师必须按照安排到指定班级，随班级行进。  
2、队伍要整齐，服从指挥，按照两路纵队行进，统一走在道路右侧，注意沿途车辆安全，不打闹玩耍，过岔道口时注意过往车辆安全；同学们要团结互助，关心和帮助弱者。

3、平路时放松，用大腿带动小腿。步伐均匀，有节奏感。4、不要去追赶别人，走自己的节奏。最好的行走速度是走而不跑；不要时快时慢，时跑时停，尽量保持匀速。

5、肩沉背挺，用腹部深呼吸。

□ 5 □

6、上坡时先深呼吸，上身前倾。下坡时，如果加速，身体后仰，降低重心，不可受伤。

7、徒步是种全身运动，注意通过摆臂来平衡身体、调整步伐。根据不同的路面情况，采用不同的方式行走，尽量运用不同的肌肉组合，让肌肉可以交替得到休息。

8、不要追求速度，欲速则不达。重在安全完成，快慢在其次。

9、不乱扔垃圾，垃圾自行处理，随身携带至垃圾桶处丢弃。最后我祝愿，本次徒步拉练能取得圆满的成功。

泸州市纳溪区打古中学 201x年3月20日

“水华郡”201x年徒步节马上就要开始了。这是我市的首届徒步节，是我们热爱体育锻炼人的一件盛事，也是对我市全民健身运动的一次有力推动。经过一个多月的筹划，在天牛传媒公司和有关方面共同努力下，各项工作已准备就绪。为了使活动更加安全有序地进行，下面我就活动时应注意的事项作如下说明。

一、安全第一，参加活动的人员要一切行动听指挥，严格按

□ 6 □

活动方案开展活动；徒步、骑行必须按规定的路线行走。徒步路线是：广场（红绿灯直行）—杨林大道—瑞景华庭—金三角（右转）—社保局（右转道直行）—瑞客隆超市（叉路口左拐）—北夜市城南口—轧花厂（叉路口右拐）—城东供电所（叉路口左拐）—富豪花城（叉路口右拐）—瑞民家园—溢城东路—金矿加油站（红绿灯直行）—新中医院—瑞码快速通道（叉路口右拐）—赛湖总厂（红绿灯左拐）—安定湖公园（叉路口左拐）。活动过程中要严格遵守交通规则，在交通口注意避让来往车辆，不能闯红灯；我们不比谁跑得快，不计名次，只要坚持走到终点者都可参加抽奖；在活动中大家要相互关心，相互帮助，各位队长和安全引导员要随时关注队员的活动情况，若发现有人身体有不适，应立即劝其退出活动；在活动结束退场时要有序地散场，不要在路口逗留；引导员在做好安全引导的同时也要注意自身的安全；活动时的安全责任自负，组织方不承担安全责任。

二、参加活动人员要自觉保护环境卫生，个人弃物要丢进垃圾桶或随身带走。

三、组织方在起点和终都设有补水点，队长可派人统一领取，也可自己领取。

四、徒步骑行结束后举行抽奖活动。特等奖及一、二、三等奖现场颁奖，喊号三遍后若无人领奖，则作弃权处理，重新抽取。

□ 7 □

其他奖项在对奖区张榜公布，对号领取。

五、最后说一下活动开始的次序：骑行队先行，然后徒步的队伍出发，由一至六大队领头前行，各团体单位紧随其后，最后是七、八、九大队压阵，出发时按四列纵队行进，途中根据需要可变换队形。

全民健身，让我们共同努力！预祝水华郡###年徒步节圆满成功！

下面我宣布水华郡201x徒步节开始！出发！篇5：青年教工团支部徒步动员大会讲话稿 青年教工团支部徒步动员大会讲话稿 青年教工团支部徒步动员大会讲话稿 青年老师们：

青春是一首永不言败的歌，怀抱着朝气与活力，你们在三尺讲台书写着自己的梦想和精彩。明天，你们将步行六十余里，参加徒步苏坟山的活动。明天的活动，既是我们全体青年教师以实际行动展示眉外青春力量的一场动员，也是对我校全民健身活动丰硕成果的一次检阅，更是利用宣传这种低碳环保绿色的健身方式，以徒步健身为载体，对全校师生追求健康生活品质的一次大展示。

青年老师们，明天必然有许多艰难困苦等待着你们，你们也

□ 8 □

许会在行进的过程中肌肉酸痛，也许会在烈日的炙烤下口干舌燥，甚至会遇到一些意想不到的事情，不管怎样，学校相信你们会克服万难，团结一心，用你们青春的智慧战胜一切挫折，走向胜利的终点。学校希望你们在活动中，发扬团结互助的精神，男青年要照顾好女青年，女青年要独立自强，巾帼不让须眉。更希望你们铭记“安全第一”的出行原则，右行礼让，平安出发，平安返校。

青年老师们，愿你们在行走的过程中，寻觅生活的真谛，感受自然的美好，探索文化的奥秘，缔结真挚的友谊。祝福你们，迈开双脚，携手共进，走出健康，走出团结，走出快乐，走出美好！预祝你们成功！我将为你们做好后勤保障！

谢谢大家！

[徒步活动讲话发言稿]

□ 9 □

## 徒步发言稿篇七

“感恩奋进”徒步拉练活动讲话稿尊敬的各位领导、各位老师，亲爱的同学们：

我们期盼已久20xx年春期“感恩奋进”徒步拉练活动将在今天举行，在这儿我强调几点：

一、我们学校已经确定了徒步拉练的路线：

打古中学——合江县五通镇大岩聚居点（休息）——打古古纯小学（休息）——打古中学。三段路程分别为8千米，4千米，5千米，全程17千米。

二、我们学校为大家准备好了“爱心车”。

行进途中发现自己身体不适，不能坚持了，必须乘车随队前进。

### 三、休息地点注意事项：

合江县五通镇大岩聚居点和打古古纯小学操场，全体带队教师与学生集中指定地点休息，不得擅自离散。回程前请将垃圾清理完毕。

### 四、行进中的要求：

- 1、随队领导、教师必须按照安排到指定班级，随班级行进。
  - 2、队伍要整齐，服从指挥，按照两路纵队行进，统一走在道路右侧，注意沿途车辆安全，不打闹玩耍，过岔道口时注意过往车辆安全；同学们要团结互助，关心和帮助弱者。
  - 3、平路时放松，用大腿带动小腿。步伐均匀，有节奏感。
  - 4、不要去追赶别人，走自己的节奏。最好的行走速度是走而不跑；不要时快时慢，时跑时停，尽量保持匀速。
  - 5、肩沉背挺，用腹部深呼吸。
  - 6、上坡时先深呼吸，上身前倾。下坡时，如果加速，身体后仰，降低重心，不可受伤。
  - 7、徒步是种全身运动，注意通过摆臂来平衡身体、调整步伐。根据不同的路面情况，采用不同的方式行走，尽量运用不同的肌肉组合，让肌肉可以交替得到休息。
  - 8、不要追求速度，欲速则不达。重在安全完成，快慢在其次。
  - 9、不乱扔垃圾，垃圾自行处理，随身携带至垃圾桶处丢弃。
- 最后我祝愿，本次徒步拉练能取得圆满的成功。

# 徒步发言稿篇八

各位姐妹们：

大家下午好！

冰雪消融，万物复苏，今天全县各族各界妇女姐妹们相聚在这里，怀着对新年的美好憧憬与向往，在一年一度的三八国际劳动妇女节前夕，县xx举办“迈好开局年健康十二五建设美xx”巾帼徒步活动，既是对我县各界女同志以实际行动践行十二五规划的一次大动员，也是对我县全民健身活动丰硕成果的一次大检阅，更是利用宣传这种低碳环保绿色的健身方式，以徒步健身为载体，对全县各族妇女群众建设和谐、秀美xx精神风貌的一次大展示。

近年来，县xx以“巾帼民族团结工程”和“母亲素质教育行动”为抓手，结合“靓丽工程”的实施，组织各类“让美丽的头发飘起来，漂亮的脸蛋露出来”才艺展示活动，通过开展“民族服装服饰展示”、“才艺家庭秀”等活动，推广具有xx县域色彩的“庭院文化”，丰富了各族妇女群众的业余生活，展现了我县广大妇女群众奋发有为、健康向上的精神风貌。今天□xx县“迈好开局年健康十二五建设美xx”巾帼徒步活动必将激发全县广大妇女群众积极参与徒步健身活动的热情，进一步掀起全县广大妇女群众健身热潮，为提高我县广大广大妇女群众健康水平起到积极促进作用。

姐妹们，让我们在行走的过程中，寻觅生活的真谛，感受自然的美好，探索文化的'奥秘，缔结真挚的友谊。让我们迈开双脚，携手共进，走出健康，走出美好！

最后，祝xx县“迈好开局年健康十二五建设美xx”

巾帼徒步活动取得圆满成功！

谢谢大家！