

亚运读本

杭州2022年第19届亚运会



HANGZHOU

一线天、二老亭、三生石、四眼井、五云山、六和塔…… 美丽湖山可以串成一条徒步线 也可以串成一首歌一部曲

鲜花遍野的春天或落叶缤纷的秋日，大大小小的玫瑰在西湖群山间“绽放”；恐龙、骆驼、飞马、午潮飞凤、济公、化蝶……一个个古怪精灵的小可爱在绿色葱茏中或疾步如飞，或展翅翱翔；举国同庆的特殊日子，一面面五星红旗在山间随风猎猎。

对于登山爱好者来说，走在这一条条路标明晰、安全可靠的路线上，可以从不同角度欣赏湖山之美。对于越野跑者而言，这是一条条可以不断挑战自己的崭新路线，亲近自然的同时拉练体能。

当然，更值得大家去发掘的是这些山路上的每座山、每块石、每段路、每棵树、每块牌，古往今来都在演绎着无数动人故事。



爱跑山女孩创作“数字杭州”歌谣 里面藏着20个西湖群山地名

在这一百多个创意轨迹中，“数字杭州”被公认为核心作品，代表杭州特色，更是轨迹团队集体智慧结晶。

何谓“数字杭州”？杭州的地名中有许多与数字相关，诸如一线天、二老亭、三生石、四眼井、五云山……从一到万，网名“天骄”的越野牛人便把这些数字地名搜集整理后按序排列，并串联成一条路线。

首次“数字杭州”群山线挑战，8个跑友从早上四点半出发，用了近16个小时一次性完成打卡。更值得一说的是，8人团队中有位叫张瑛的妹子，不仅和大家跑完全程，爱好音乐、会弹奏吉他的她回来后即兴创作了《印象群山》相关词曲。

“整装待发，大好山川就在脚下。一线天下窥苍穹，二老亭上叹年华。梦寻鹰嘴崖。迈开步伐，青春活力轻松驭驾。三台阁中望西湖，五云山顶浴彩霞。白鹤峰如画！虎跑山托贵人阁，虎跑泉掩白鹤下。七星缸底镇飞龙，天地四方六和塔。四眼井解千人渴，八卦田孕万物发。九里云松接白雾，十锦碧塘绿春夏。杨梅岭，寿星头，十里琅琅疾步下。千人洞中寻奥秘，百子尖头弄烟霞。东望处，万松岭内尽繁华！”张瑛说，这些地方以前都去过，但一次走个遍还是第一次。那天的天气同样让她印象深刻，上午的暴晒、下午的暴雨……回来就想把经历记录下来。

歌词花了一两个小时一蹴而就完成，不过谱曲却足足用了两三个星期。这首歌谣首发在张瑛的朋友圈，大家看到后点赞的同时纷纷转发。一些外地朋友也因此记住了杭州这些有趣的地名，趁着出差或是节假日，有空去实地走一走。

每次走完一条新轨迹 回到家里制作沿途所需路牌

500多位创意轨迹爱好者中，有人擅长设计路线，有人则喜欢线路首测，陈志娟和朱文平就属于后者。

陈志娟和朱文平两人是夫妻，家住梅家坞。年轻时一直在单位上班，周末就跟着一些户外俱乐部四处转悠，“我们加入了10个户外群，几乎每周都有活动，练就了一双铁脚板。”

如今两人都退休在家，有了大把时间游山玩

本报记者 杨静 图片由受访者提供

水。有群友推出新轨迹，很多时候他俩是第一位践行者。

“西湖群山十二生肖图我们一个个都已经走过，另外一些比较有趣的图形，比如神兔、九天揽月、炸弹线等也都测过。”陈志娟告诉说，两人每天早上四五点钟起床后，带上提前一天准备好的东西，就开始往山里跑，一直到中午时分才回来。

对创意路线进行首测时，他们除了关注路线的难易程度，还会记录途中补给点以及容易走错的地方。等到下次再上山时，便会带上自己设计制作的路牌，安装好给后来者提供方便。

“最近在户外爱好者中比较火的是位于老底子泗乡的麒麟线，有很多种走法。体力一般的可以一条线拆散分段走，‘强驴’可以一次走完。”陈志娟两人抽了一天去走了一回，“绿水映青山，白云入水库。群山连绵树，瀑布一线天。一路风景里蕴含着历史人文及生态物种的多样化。那天走了12个小时，能跑的地方就跑。虽然很累，但很值得。”

每个人都是一颗火种 创意路线串起无数人文典故

“如果杭州再有一个世遗，那么它应该在这片山里……”2011年6月，杭州西湖申遗成功；2014年6月，大运河申遗获成功。魏旗觉得，作为世界遗产的西湖，它的普遍价值在于历代文人对西湖景观的改造与生成，并留下了印记。而在杭州的群山里，同样保留着大量古道，隐藏着诸多人文典故。

比如杭州大名鼎鼎的“大麦岭题名”。近千年前，当时的杭州市长苏轼带着一帮朋友一日游，从北宋州治也就是现在的凤凰山东麓馒头山社区出发，先到龙华寺（现八卦田停车场附近），翻过慈云岭，到长桥，沿着溪走，到南屏，沿着三台山路走，到大麦岭、茅家埠、灵隐寺，最后抵达韬光寺，题名，夜宿。这条路线近年来也成为了杭州旅游的网红路线，在三台山路一块石头上还能看到题刻：苏轼、王瑜、杨杰、张璠同游天竺，过麦岭。

比如最近大家都在实测的麒麟线，其中午潮山一带的豆腐皮古道同样是条有丰富历史文化积淀，又充满野趣的千年古道……

古道、古寺、摩崖题刻，这些都是历史文化名城杭州数千年发展的实物见证。

“一座城市的魅力是需要发掘和被经营的。西湖群山3000多公里创意轨迹地图与其他经典步道一起，是环浙步道在西湖群山的重要有机组成部分，承载着共同富裕的体育示范，她是一条生态绿道、运动步道，也是文化步道、产业步道。希望有更多的人，能用脚步去丈量‘运动杭州、户外天堂’的美好。”魏旗表示，作为传递山野热爱与杭城文化的使者，大家希望用轨迹作品形式，将山间的那些美好串联起来，努力不被湮没在时间的尘埃里。

