

## 万人健步走怎么办？

**摘要：**随着生活水平的改善和“全民健身”活动的开展与推广，民众的健身观念进一步提升，更多的人开始积极投身于健身的行列，对体育公共服务的需求不断增强。在众多健身运动中，健步走因其独特的魅力吸引了广泛的体育健身运动爱好者，在社会中形成了较大的规模和热度。相比国外，健步走运动在国内发展起步较晚，尚未达到完善的状态，正处于问题逐渐显现的阶段，需要政府和民众等多方主体的智慧与默契配合。案例介绍了健步走运动的源起与发展概况、曾引发社会广泛关注的徐州市“万人暴走”事件及其应对与处理，从中总结经验和不足之处。此外，为了更好地理解、分析与讨论徐州市的健步走运动，我们就“徐州市群众体育公共服务满意度”和“徐州市健步走运动的组织与管理现状”进行了问卷调研。

### Abstract

With the improvement of living standards and the conduct and development of "National Fitness" activities, public health concept has been further improved, more people began to actively participate in their ranks, the demand for sports public services is growing. Among the various types of sports items, the walking campaign attracts a wide range of sports and fitness enthusiasts because of its unique charm, has been forming a larger scale and heat in society. Compared to other countries, the walking campaign started more later in China, which has not yet reached the perfect state, at the present period, the Walking campaign in China is in a stage of gradually emerging problem, needing government ,the public and other parties subject to and govern with understanding, cooperation and brainstorming. This case describes the origin and development of walking campaign, and focuses on the public event named "Ten thousand outbreak" in Xuzhou City, which has triggered widespread concern and discussion, including it's main content, development process and the relevant government departments' response and treatment, to sum up the experience and shortcomings. Moreover , for a better understanding, analysis and discussion of walking campaign in Xuzhou City, we conducted two questionnaire survey of "The satisfaction of mass sports public service in Xuzhou City" and "The present situation of Walking campaign's organization and management in Xuzhou City".

**关键词：**徐州；健步走；舆情应对；危机管理

本案例适用于本案例适用于MPA学生、公共管理专业的学术型研究生和学习《公共管理学》、《危机管理》、《行政管理》等课程的本科生学习。同时，本案例也适用于那些具备一定公共管理基本知识、从事地方政府治理的管理者与行政人员和关注社会治理的民间团体与非专业人士。

## 引言:

随着公共管理理论和实践的发展、政府职能的演变,我国体育经历了“体育为人民服务,体育公共服务要把人民群众公共利益放在第一位,再到服务而不是掌舵的体育公共服务理念”的重要变革。1995年6月,经国务院批准,《全民健身计划纲要》在全国颁布实施,纲要指出,到20世纪末,初步建成适应社会主义市场经济体制的全民健身管理体制,初步形成人民群众广泛参与、充满发展活力的运行机制,建立起社会化、科学化、产业化和法制化的全民健身体系的基本框架。《全民健身计划》(2011-2015)指出,2015年的总体目标是:城乡居民体育健身意识进一步增强,参加体育锻炼人数显著增加,身体素质明显提高,体育健身设施更加完善,形成覆盖城乡的全民健身服务体系。本计划在国务院领导下,由体育总局会同有关部门、各群众组织和社会团体共同推行和组织实施。其具体目标包括:(1)经常参加体育锻炼人数显著增加;(2)城乡居民身体健康素质明显提高;(3)体育健身设施有较大发展;(4)形成市(地)、县(区)、街道(乡镇)、社区(行政村)四级公共体育健身设施网络;(5)全民健身组织网络更加健全;形成遍布城乡、规范有序、富有活力的社会化全民健身组织网络;社会体育指导队伍进一步发展;(6)全民健身服务业发展壮大。党的十八大以来,新一届中央领导集体对全民健身工作高度重视,把全民健身作为人民追求幸福生活的重要举措,提出了一系列新思想、新论断、新认识,做出了一系列新决策、新部署、新要求。2014年10月,国务院正式印发了《关于加快发展体育产业 促进体育消费的若干意见》,明确提出将全民健身上升为国家战略,把全民健身作为体育产业发展和扩大消费的基础。

健步走是一项以促进身心健康为目的、讲究姿势、速度和时间的一项步行运动,它行走的速度和运动量介于散步和竞走之间。在良好自然环境中结伴健步走,不仅锻炼了身体,还能欣赏自然美景,促进人际交流,陶冶身心。健步走是在自然行走的基础上,躯干伸直,收腹、挺胸、抬头,随走步速度的加快而肘关节自然弯曲,以肩关节为轴自然前后摆臂,同时腿朝前迈,脚跟先着地,过渡到前脚掌,然后推离地面。健步走时,上下肢应协调运动,并配合深而均匀的呼吸。健步走速度的快慢是决定锻炼效果的关键因素,通常因人而异地可分为慢步走(每分钟约70-94步)、中速走(每分钟90-120步)、快步走(每分钟120-140步)、极快速走(每分钟140步以上)。

## 正文:

### 1.健步走运动的缘起与发展

健步走运动最初源于美国,并风靡欧美,流行于韩国、日本、中国香港等地,最近几年才在内地逐渐兴起。在当今世界,健步走已成为最受欢迎、最时尚的健身方式之一。20世纪初,在芬兰兴起了一项“越野行走”的滑雪运动训练项目。1977年,“越野健身”运动真正作为一项大众健身运动流行起来。

1988年美国“越野行走协会”的创办人兼总教练伯恩·兹默曼把越野行走带回美

国推广。越野行走只需要一双运动鞋，两根滑雪杖就能开展，实在算是简单。汤姆介绍说，两根滑雪杖通过一个腕套连在锻炼者的手腕上，手向前摆时握住，向后甩时放开，这样正常的行走就由下肢运动变成了四肢运动。手握滑雪杖时，要保持“一紧一松”的状态。即当滑雪杖触击地面时，手要握紧；顺势向后摆动时，手要松开。随着胳膊的持续摆动，躯干和臀部应当与下身保持一种相反的运动状态。2005年时，美国人握着雪杖健步走运动便已经发展成为一种可以在各种路面上进行，全年、全天候都适合的健身项目。该项运动在欧美地区更为风靡。据德国登山协会调查显示，2007年约有3700万德国人定期参加健步走运动，近总人口的1/2(德国2007年人口总数为8220万人)。2012年，据《扬子晚报》估计，北美洲每天就有8000万人参加步行运动！在美国市民体育协会中，共有350个徒步俱乐部，瑞士则有120个徒步行走俱乐部。英国宪法更是明确规定，人人享有徒步行走的权利，倡导留出专用路线用于日常徒步运动的开展。

健步走运动在中国兴起不久，但反响热烈，迅速在国内多个城市掀起了热潮，不少城市建立了相应的徒步运动俱乐部。2008年8月8日，秦树根等人建立了成都市老体协会暴走俱乐部，在2008年成立至2011年的6年当中，其成员从两人迅速扩增至1000多人，涵盖了多个年龄段和不同职业的人群。每年8月8日，该俱乐部都会开展“夜走三环路”的健步走运动，每周的周六，则是其固定的活动日。2010年，内蒙阿拉善盟举办了全程暴走活动，围绕巴彦浩特新旧城区，活动全程10公里，到场者悉数入列，其中年龄最大有61岁，年龄最小的仅9岁，但中途无一人退出，引起了非常大的关注与好评。2013年，就郑州市而言，热衷于参加健步走运动的人员约有5000人，年龄集中在25岁到45岁，60岁以上的老人有400多人，多为知识层面较高、工作压力较大的白领阶层。形成了郑东新区、文化宫路附近、长江路附近、东风渠、东南方向两河一公园（熊儿河、金水河）等多条路线。健步走运动在国内的迅速发展，引起了“贵人鸟”等众多国内知名品牌的关注，成为体育、食品、化妆品等多类商家想要抢占的重要“活体广告位”。早在2009年8月1号，“贵人鸟”便正式成立了“贵人鸟”暴走俱乐部，有计划地组织成员开展徒步运动。

## 2.徐州市健步走运动发展的概况

健步走运动在徐州的发展，开始于2010年前后，并于2014年开始出现人数暴增的情况。这些健身团队是由徐州市民自发成立的，参与者以40-60岁的市民为主，也不乏20出头的年轻人。至2014年7月参与者已有12支队伍，八千多人。2015年4月时，其队伍已超过20个。在高峰季节，队伍规模大的队伍规模大的有800多人，少的数十人，整个健步走活动固定人数6000余人，考虑临时加入、即兴参与的可达1万多人。因为影响力大，不少较大规模的队伍得到了附近楼盘的赞助，如路遥队、蓝山户外队等。一般在晚上七时许，参加健步走的人们便会陆续从四面八方目标场所聚集。他们有开车来的，有骑车来的，还有住得近走过来的。有人身穿T恤短裤、腰挂水壶，也有人只穿了背心大裤衩，他们三三两两汇集到广场上五花八门的队旗下。

至 2014 年，徐州市已有五个较大规模的团体，分布在云龙湖、铜山新区、万达、九龙湖、金山桥。其中，以云龙湖这边的规模最大，有上万人之多。很多规模稍大的队伍都有一套专业的配置：队伍前头一人扛着大旗，上写“健步走”队伍的队名；成员们着装统一，步伐一致，每隔几十米就有一人腰间挎着小音箱，放着昂扬的广场舞音乐。伴随着音乐节拍，健步走队员以三人一排的队列开始行进，一直绵延数公里。队列外每隔一二十米就有一名小组长，播放音乐并为队伍加油鼓劲，人们行进速度 2 米/秒以上（普通人行走速度约为 1 米/秒）。每个队伍都可以随时加入，跟不上的也可以随时退出。

### 3. 徐州市“万人暴走”事件回顾

云龙湖风景区，因其空气新鲜，场地开阔，因而成为健步走爱好者们锻炼的最佳场所。他们行进的路线是从云龙湖的湖中路穿过，然后经过一段机动车道后返回，全程大约 7 公里，整段路程需要一个小时。健步走成员往往是在云龙湖的北侧，也就是徐州音乐厅前开始集结，提前发放队服、音乐设备器材，集结时间约 25 分钟左右。晚 7 点 15 分左右开始陆续行进，在走到南三环的时候，再折返，全程 7 公里。根据健步走的路线显示，他们会经过一条约 1.3 公里的机动车道，而恰恰就是在经过这个机动车道的时候，路过的车辆不得不暂时避让。

2014 年 7 月 10 日，现代快报于当日 16 点发布了标题为《徐州广场舞大妈转型暴走族，每晚万人暴走 7 公里》的新闻。“广场舞大妈‘转行’，徐州每晚万人暴走。不过，队伍经常走上机动车道……万人暴走占领云龙湖……”此新闻一经发布，便引起了包括央视在内的多家主流媒体关注。随后的 7 月 10 日至 7 月 16 日期间，新华网、央视“1+1”栏目组、凤凰网等主流媒体记者赴徐州向当地管理部门、“暴走”成员、周边市民、车主就徐州市“万人暴走”是进行了采访和播报，一时引起了社会对广泛关注和讨论，褒贬不一。

### 4. 健步走运动管理实践中的存在问题

(1) 每天晚上在云龙湖北大堤一带活动的健步走、广场舞、散步、纳凉和其他运动、休闲。

(2) 健步走队伍集合地点和行进路线均有机动车行驶道路，人流和机动车交织，易引发交通事故。

(3) 音乐厅广场北侧道路两旁每天存放大量参加健步走人员的车辆，易引发盗窃车辆人员约在 20000-30000 人，特别是音乐厅广场人群聚集现象极为突出，超出广场承载负荷，一旦发生意外事件，短时间内难以有序疏散，容易出现拥挤、踩踏等现象和车内财物案件。

(3) 领队人员自身的能力素质参差不齐，队伍管理水平差异较为明显。一些较大规模的队伍组织人员以队服为条件，限制队员每周参加健步走运动的最低次数，无故缺

席将收回已经发放的队服，存在一定的强迫性。

一些较小规模的健步走队伍领队人员，欠缺高水平的领导能力，针对队伍行进过程中易出现的掉队现象，提出批评或使用不文明的语言进行督促和刺激，容易出现强迫行为，产生队伍内部矛盾。

(4) 各个队伍之间为了吸引群众，曾发生矛盾，健步走团体和其他休闲运动群众之间，和车辆驾驶员之间也存在发生矛盾的可能，易引发治安纠纷。

(5) 随着商业化队伍的出现，原本群众自发组织以健身为目的的初衷逐渐“变味”，开始夹杂商业元素。有不少商家认为这一群众自发活动有商机可图，开始组织商业性的健步走队伍，配发旗帜、横幅、标牌等方式做自我宣传，并颁发纪念品。

## 5. 徐州市“万人暴走”事件中政府以外的各方观点

《中华人民共和国环境噪声污染防治法》规定：“禁止任何单位、个人在城市市区噪声敏感建筑物集中区域内使用高音广播喇叭。在城市市区街道、广场、公园等公共场所组织娱乐、集会等活动，使用音响器材可能产生干扰周围生活环境的过大音量的，必须遵守当地公安机关的规定。”同时，《中华人民共和国道路交通安全法》也规定：“未经许可，任何单位和个人不得占用道路从事非交通活动。”

### 5.1 新闻媒体

新华网据《中华人民共和国环境噪声污染防治法》认为，2014年7月江苏徐州广场舞大妈转型街头暴走，占用机动车道的行为，明显地违反了法律规定。但同时还主张：广场舞作为民间自发的一种健身行为，在公共场所的权利应当受到尊重，公权力进行管理应当立足于规范而不是禁止，如何拿出满足双方要求的措施，值得思考。“中国网事”记者杨绍功全程跟随云龙湖区健步走队伍则发现，除了在最后约1公里有少量的车流外，其他路段都是车辆禁行的休闲步道。

### 5.2 健步走运动爱好者与组织者

刘峰认为，当他们通过的时候，因为队伍比较长，参加的人数比较多，他们可能要稍微等几分钟，确实带来了一些不方便。金红兵认为，关于交通拥挤的问题，可以和交警部门协商，进行限时一小时，等他们的队伍都回来了以后，车辆就可以过了。

21岁的徐超是徐州师范大学大二学生，放暑假后为锻炼身体特意跟同学一起来参加健步走。“如果不出来运动，肯定是在家玩游戏，运动总比宅着好。”他说。“我们的活动很规范，希望政府为我们提供更多便利。”对于很多中老年来说，健步走运动既是一种零成本的休闲活动，也是一种非常重要的社交活动，改变了他们往日十分单调的生活模式。“组织得很好，一点都不乱。”65岁的庄怀陈曾经是一名篮球运动员，他说健步走不但不扰民，还成了云龙湖上的一道风景线。打篮球已经体力不济的他，被有节奏的

自由飞翔队的领队贾雪芹说，随着人员规模越来越大，队伍的规范要求也越来越高。以后队伍还可以考虑分时段、分地点等走法，既要保证秩序，也要防止意外。她说，市民还是希望锻炼的空间更多，这样人流也可以更分散些。

音乐吸引着参加了健步走，现在他还能继续骄傲地向人们展示手臂上结实的肌肉。

### 5.3 周边市民、驾驶员

46岁的徐州市民岳卫东家住云龙湖附近，几乎每晚都要参与健步走。他告诉记者，云龙湖景区免费开放后，市民们有了活动的场所，他和邻居不再窝在家里喝酒打牌。

央视《新闻 1+1》栏目组曾就徐州“万人暴走”是否会给其他人带来影响？对徐州市市民进行了实地采访。有驾驶员表示，确实存在影响，主要是开车危险：徐州这一片，南部就这一片比较堵；开车的人会因此耽误几分钟，对赶事的人而言会不方便。

### 5.4 高校、专家学者

在徐州市区，各大公园、景区、校园都能看到健步走运动的身影。2014年7月，江苏师范大学就出台公告，禁止校外人员在校园内开展各类活动（包括跳操、暴走等健身活动）。该校保卫处表示，居民组成的徒步运动团或广场舞队规模越来越大，最多时达几百人。从下午6点多开始暴走到晚上8点多结束，已经影响到校园交通安全及学生学习。

北京大学社会学教授夏学銮，从公共管理的角度出发，认为，中国人口众多，对“万人暴走”不必大惊小怪，更应该关心的是如何完善社会服务。作为管理者，政府部门的介入除了进行引导和保障，根本上还应该对人流进行科学疏导，对群众组织进行有效管理。一方面应规划开辟出更多休闲锻炼空间，让群众分散活动，这样既能减少管理成本，还能避免可能产生的隐患。另一方面，要对群众组织进行关心帮助，引导他们更科学地开展群体性活动。

江苏省中医院主任医师董筠从体育保健学的角度出发，主张人是要适当的锻炼，活动筋骨，那样才有助于健康长寿。但作为每一个人来讲，他要从自己，这个身体状况出发，要动静结合。比如老年人有这种糖尿病，有高血压，心脑血管等疾病的时候，就要注意，运动要适度。另外中医还讲究，人天相依。夏季人出汗本身就比较多，那么采取这种暴走的时候，是不是会出现汗液丢失过多，人容易发生中暑，这些情况。所以我们要根据自身的情况，结合四季时节的变化，采取适当的运动方式。

## 6. 徐州市政府的应对

新闻媒体将徐州市的健步走运动命名为“万人暴走”，偏负面的倾向性报道，引发了社会的广泛关注与讨论，已经发展成为一个公共事件。面对这样的一个公共事件，徐州市政府作了如下的应对。

### 6.1 召集有关部门，共同应对

徐州市健步走运动的管理涉及徐州市体育局、公安局、景区管理委员会等多个政府部门。自“万人暴走”事件经有关新闻媒体报道之后，徐州市市局、分局在云龙湖景区分局多次召开内部和联席会议。市局常务副局长，党委委员、政治部主任，云管委负责人、体育局负责人、景区分局所有局领导、科所队长都曾与会，要求决定汇集各市属部门之力共同参与健步走活动管理，公安调动景区、泉山、治安支队、交巡警支队、巡特警支队等各地各警种，全力以赴投入健步走安全保卫当中。其中公安主要负责维持治安秩序、疏导交通，体育部门主要负责运动健身方面的指导，云龙湖管理委员会则主要负责治理其中的商业行为等。徐州市体育局、公安部门和云龙湖管理委员会的领导都曾到现场进行调研，了解情况，并深入一线检查指导工作。

## 6.2 积极回应媒体新闻报道，扭转负面舆论

在“万人暴走”事件被有关新闻媒体报道之后，徐州市政府认为，要扭转《现代快报》最初的耸人听闻负面报道，则需要正面引导宣传该项活动，并投入力量管理好、规范好健步走运动。一是积极配合前来采访的中央、省、市等新闻媒体与网站记者，介绍徐州市健步走运动的发展概况、存在的问题和徐州市政府对健步走运动的态度以及拟采取的对策措施。二是在市局宣传部门的具体指导下，加强关于健步走运动的正面宣传，综合利用本地媒体和网络媒体的力量，说明健步走运动的利与弊，及相应的注意事项，积极做好正面宣传和舆论引导工作。

徐州市体育局副调研员朱强说，所谓“暴走”其实应称为健步走。关于健步走运动是否扰民的问题，徐州市公安局交巡警支队秩序管理科科长辛庆利，给记者画了一个草图解释说，云龙湖是远离居住地的风景区，队伍行进路线 2/3 是景区步道，沿线只有一个红绿灯，基本不存在扰民问题，也没有因为万人健步走发生过交通拥堵。2014 年 6 月 6 日，云龙湖健步走运动曾发生一幕悲剧。一名身穿牛仔裤的 50 多岁中年男子”健步走“途中突然倒地不省人事，后经医院检查发现，是因剧烈运动诱发了心肌梗塞，后经抢救无效身亡。不少新闻媒体扣住此事，认为健步走运动存在健康风险。对此，徐州市体育科学研究所所长李越认为，暴走的学名是健步走，是极佳的有氧运动方式。但参与者要根据各自的身体状况，来确定运动强度，同时要注重科学的运动方法，否则可能反受其害。

## 6.3 将万人健步走纳入全民健身活动。

徐州金龙湖、大龙湖等地也有大量健身人群，但是云龙湖的人最多。以 2014 年即将召开的省运会为契机，将万人健步走纳入全民健身活动中。

(1) 配备社会体育指导员，提供运动指导。

“我们发放 T 恤衫、音乐播放器，多数队伍里面都有我们的社会体育指导员。”朱强说，体育局在云龙湖设立了专人负责的运动指导点。

(2) 计划把休闲步道改建为健身步道，增加科学健身标识，为参加健步走的群众

提供更多服务，有计划地增设体育休闲广场和建设健步走道路。

此外，从徐州市体育局群众体育处了解到，将会进一步完善群众体育公共服务设施，有计划的增设广场和社区体育活动中心，定期对群众体育指导员进行相关培训。

#### **6.4 强化治安管理与风险防控**

(1) 开展联勤联动，加强交通疏导。以珠山路口设立的“警务服务工作站”为依托，会同交警、巡特警等部门，每天在重要路口加强对进入景区的车辆盘查力度；合理安排警力疏导交通，维持行进秩序；充分利用停车场等基础设施，设立有关道路限时标志，扩充活动空间、缓解集合拥挤状况、保护行进安全。

(2) 开展立体巡防，加强重点部位防范。采取动静结合、点面控制、水陆交叉的立体巡防机制，加强对活动的控制能力。一是在人员聚集较多的音乐厅广场及云龙湖北大堤设立3个待警点，每日由治安、巡特警、景区分局派人值守，分局刑警大队、治安大队值班民警各带领2名辅警，于晚7:00-9:00在音乐厅广场及周边进行流动执勤，强化重点部位安全防范。二是联合巡特警支队，在健步走队伍活动期间开展武装巡逻，应对突发事件。三是联系云龙湖风景区管理委员会水务管理处开展水上巡逻救助，防止意外事件发生。

(3) 加强周边路段巡逻，设立警务服务中心。面对万人“暴走”要说社会管理毫无压力那肯定是不可能的。徐州市公安局云龙湖风景名胜区分局政委胡鲲鹏告诉记者，为了给健步走的市民创造良好秩序，他们加强了对周边路段的巡逻。在湖中心位置派出所还设有装配齐全的警务服务中心，布置警力，维护活动秩序，疏导人群。如遇到突发事件，警察可以在几分钟内赶到现场处置。

(4) 规范队伍秩序，并加强非法广告管理。对各个健步走队伍基本情况调查摸底，建立档案，会同体育局等主管部门召集各个队伍的负责人召开座谈会，进行规范引导管理。根据各个队伍行走快慢不同，合理安排出发时间，实行错时出发，行走快的队伍先行出发，注意衔接顺畅，防止出现对队伍间“超车”带来的拥挤。充分发挥政府部门的职能作用，进一步明确禁止商业性队伍参与健步走活动，禁止任何队伍携带、展示旗帜、横幅、标牌等商业广告。对利用健步走活动做商业广告的8支队伍明确，上门宣讲法律法规，对其负责人进行约谈。

(5) 交通执法以教育提醒为主。

徐州交警部门相关人士告诉现代快报记者，遇到健步走队伍扰乱交通秩序，一般以疏导教育为主。“根据法律，步行时走入慢车道或闯红灯，都是可以被处罚的。前者可以罚款20元，后者可以罚款50元。”但在执法过程中民警主要还是以，教育提醒为主。

#### **结束语**

健步走运动的流行绝不是偶然事件，而是多方因素共同作用的结果。除了健步走走运动自身的特性以外，社会管理工作的不足也是重要原因之一，特别是体育公共服务体



系的不完善。健步走作为一项低成本的室外有氧运动，在一定程度上满足了群众对体育公共服务的需求，有利于形成全民健身的社会氛围，有助于增强群众的体能素质和缓解群众的心理压力。作为管理者，政府一方面，必须客观理性地对待健步走运动的流行，加以有效的指导和管理，积极倡导多部门、多主体进行合作；另一方则需要进一步完善体育公共服务体系，平衡好全民健身的热情和群众体育公共服务供给之间的关系。作为参与者则需要掌握相关的运动技巧，并在综合考虑自身的身体状况等因素，科学、合理地健步走，注意运动的强度。

### **思考题：**

- 1.请分析健步走这项运动在徐州市盛行的原因。
- 2.健步走这项运动中涉及哪些利益主体、主要的矛盾冲突有哪些？徐州市政府又是如何平衡与化解这些矛盾冲突的？
- 3.请结合案例材料和舆情应对的相关知识，谈谈当下的政府应该如何应对网络舆情？
- 4.要实现健步走运动良性、可持续的长远发展，只靠政府的努力能行吗？