

最新徒步活动领导讲话稿免费 徒步活动领导讲话稿(实用8篇)

欢迎各位光临我们的活动现场。要编写一篇引人注目的欢迎词，需要投入时间和精力进行反复修改和打磨。小编为大家搜集了一些值得参考的欢迎词范本，供大家参考借鉴。

徒步活动领导讲话稿免费篇一

尊敬的各位领导、各位老师，亲爱的同学们：

你们好！

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：

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。

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。

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。

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。

徒步活动领导讲话稿免费篇二

各位同志们：

你们好！

今天，我们在这里隆重集会，共同参与第二届万人健步行活动。开展万人健步行，既是市政府贯彻《全民健身条例》的一项重大活动，也是展示全市人民精神风貌和健康体魄的一次重要契机。大家都知道，推进全民健身、发展群众体育，积极开展喜闻乐见的健身活动，是人民群众日益增长的健身需要。目前，全市体育设施逐步完善，全民健身服务网络和工作体系逐步健全，大型主题活动丰富多彩，体育人口持续增长，全市经常性参加体育健身活动的人数越来越多。

健身徒步行是风靡全世界的大众有氧锻炼项目，环保、时尚、健康。我们开展万人健步行活动，就是要向广大人民群众倡导科学健身的理念，推荐实用的健身方式，使更多的人参与进来，走起来，乐起来，强健起来，真正形成人人参与健身的长效机制！我们要以此为契机，进一步营造浓厚的全民健身氛围，创造更多更好的全民健身新成果、新业绩！

最后祝万人健步行活动取得圆满成功！

祝全市人民身体健康、万事如意！

谢谢大家！

徒步活动领导讲话稿免费篇三

同志们：大家早上好！

今天，在中国共产党成立94周年之际，全校教职员工汇聚在一起，举行“庆七一·献爱心”，环保沿江行，树文明形象竞赛活动。这是我校教职员工团结健康、奋发向上精神风貌的一次全面展示，也是对环保文明行为的大检阅。在此，我代表全体教职员工对本次活动的举行给予大力支持的维海书记、各位校领导表示诚挚的谢意！向为筹备此次活动付出辛勤汗水的所有工作人员表示衷心感谢！

同志们，生命在于运动，健身徒步走是国际公认的一项有益健康的健身运动，是风靡全世界的大众有氧项目，环保、时尚、健康，希望全体教职员工以本次活动为契机，走出家门、走进大自然、走到阳光下，自觉投身到徒步健身活动中去，舒缓工作学习的压力，提高抵抗疾病的能力。在徒步中领略运动的魅力和激情，体会运动的快乐，让徒步健身活动在完成学校中心工作和省级改革发展示范校建设及构建和谐校园中发挥更加积极的作用！

最后，祝“庆七一·献爱心”，环保沿江行，树文明形象竞赛活动取得圆满成功！祝全体教职员工身体健康、心情愉悦！

谢谢大家！

下面我宣布：

“庆七一·献爱心”，环保沿江行，树文明形象竞赛活动开始！大家向着健康出发！

徒步活动领导讲话稿免费篇四

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：

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。

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。

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。

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。

徒步活动领导讲话稿免费篇五

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：

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。

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。

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。

- 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。

徒步活动领导讲话稿免费篇六

尊敬的老师，亲爱的'同学们：

大家早上好！

上周六是一个难忘的日子，我们高一年级开展了一场以“亲近自然，放飞梦想”为主题的徒步拉练活动，早晨，我们在国旗下宣誓，随之，在郑校长那慷慨激昂的宣布下迈着整齐的步伐出发！

老师和学校领导都坚守在我们的队伍中鼓励我们前进，为我们拍出珍贵的照片。我们每一个班级都不甘示弱的喊出口号，并唱出一首首动听的歌。这次活动，使我们这个大家庭更加亲密了，也更懂得了团结。

中途休息时，同学们都把自己的食物和水拿出来分享，并举行了各种文艺活动，展现出阜康一中学子的风采，当我们再一次出发时，我们休息时的垃圾，都被同学们不约而同的装进书包里。

当我们完成这二十三公里的长途跋涉到达国旗杆下时，我们心中出现了一个英雄的影子，那就是我们自己！

拉练对一个人来说是痛苦的，但当我们回忆起从学校到500水库留下来一连串属于我们脚印的时候，我们都是骄傲的，自豪的。

因为追求，所以选择；因为选择，所以坚持；因为坚持，所以奋进。选择了，就要去坚持。

拉练途中，每前行一小步，都代表一个新的高度，这是一个自我挑战的历程。蜘蛛不会飞翔，但它却能把网凝结在半空中，这是勤奋、坚韧的结果。对我们来说，放弃是容易的，坚持却是困难的。王安石说，“登山，如人生一样，虽然常不能预知结果，但只要坚持，终会成功。登山是人生的浓缩，之前因为成功而有机会登山，而我仍需要继续攀登一座峰，就是每个人心中的那座峰。”我们也有一座想要攀登的山峰，虽然我们都是平凡的人，但只要坚持不懈，就可以通过努力追求梦想，登山人生的高峰，让生命不平凡。

不经历风雨，何以见彩虹，不经一番寒彻骨，哪来梅花扑鼻香？

在今后的学习生活中也是如此，只要我们肯坚持，肯努力，肯奋斗，高考的辉煌将由我们创造！

谢谢大家！

徒步活动领导讲话稿免费篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

上周六是一个难忘的日子，我们高一年级开展了一场以“亲近自然，放飞梦想”为主题的徒步拉练活动，早晨，我们在国旗下宣誓，随之，在郑校长那慷慨激昂的宣布下迈着整齐的步伐出发！

老师和学校领导都坚守在我们的队伍中鼓励我们前进，为我们拍出珍贵的照片。我们每一个班级都不甘示弱的喊出口号，并唱出一首首动听的歌。这次活动，使我们这个大家庭更加亲密了，也更懂得了团结。

中途休息时，同学们都把自己的食物和水拿出来分享，并举行了各种文艺活动，展现出阜康一中学子的风采，当我们再一次出发时，我们休息时的垃圾，都被同学们不约而同的装进书包里。

当我们完成这二十三公里的长途跋涉到达国旗杆下时，我们心中出现了一个英雄的影子，那就是我们自己！

拉练对一个人来说是痛苦的，但当我们回忆起从学校到500水库留下来一连串属于我们脚印的时候，我们都是骄傲的，自

豪的。

因为追求，所以选择；因为选择，所以坚持；因为坚持，所以奋进。选择了，就要去坚持。

拉练途中，每前行一小步，都代表一个新的高度，这是一个自我挑战的历程。蜘蛛不会飞翔，但它却能把网凝结在半空中，这是勤奋、坚韧的结果。对我们来说，放弃是容易的，坚持却是困难的。王安石说，“登山，如人生一样，虽然常不能预知结果，但只要坚持，终会成功。登山是人生的浓缩，之前因为成功而有机会登山，而我仍需要继续攀登一座峰，就是每个人心中的那座峰。”我们也有一座想要攀登的山峰，虽然我们都是平凡的人，但只要坚持不懈，就可以通过努力追求梦想，登山人生的高峰，让生命不平凡。

不经历风雨，何以见彩虹，不经一番寒彻骨，哪来梅花扑鼻香？

在今后的学习生活中也是如此，只要我们肯坚持，肯努力，肯奋斗，高考的辉煌将由我们创造！

谢谢大家！

看过徒步活动领导讲话稿材料的人还看了：

徒步活动领导讲话稿免费篇八

随着我国经济社会的快速发展，户外徒步运动作为一项新兴的休闲体育项目，因其较其他户外运动有安全性高、进入门槛低、低碳环保、简单易行等优点，在我国得到了蓬勃发展，下面是本站小编给大家整理的徒步活动领导讲话稿材料，仅供参考。

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！

同志们： 大家早上好！

今天，在中国共产党建党94周年之际，全校教职员工汇聚在一起，举行“庆七一·献爱心”，环保沿江行，树文明形象竞赛活动。这是我校教职员工团结健康、奋发向上精神风貌的一次全面展示，也是对环保文明行为的大检阅。在此，我代表全体教职员工对本次活动的举行给予大力支持的维海书记、各位校领导表示诚挚的谢意！向为筹备此次活动付出辛勤

汗水的所有工作人员表示衷心感谢!

同志们，生命在于运动，健身徒步走是国际公认的一项有益健康的健身运动，是风靡全世界的大众有氧项目，环保、时尚、健康，希望全体教职员工以本次活动为契机，走出家门、走进大自然、走到阳光下，自觉投身到徒步健身活动中去，舒缓工作学习的压力，提高抵抗疾病的能力。在徒步中领略运动的魅力和激情，体会运动的快乐，让徒步健身活动在完成学校中心工作和省级改革发展示范校建设及构建和谐校园中发挥更加积极的作用!

最后，祝“庆七一·献爱心”，环保沿江行，树文明形象竞赛活动取得圆满成功!祝全体教职员工身体健康、心情愉悦!

谢谢大家!

下面我宣布:

“庆七一·献爱心”，环保沿江行，树文明形象竞赛活动开始!大家向着健康出发!

尊敬的老师，亲爱的同学们:

大家早上好!

上周六是一个难忘的日子，我们高一年级开展了一场以“亲近自然，放飞梦想”为主题的徒步拉练活动，早晨，我们在国旗下宣誓，随之，在郑校长那慷慨激昂的宣布下迈着整齐的步伐出发!

老师和学校领导都坚守在我们的队伍中鼓励我们前进，为我们拍出珍贵的照片。我们每一个班级都不甘示弱的喊出口号，并唱出一首首动听的歌。这次活动，使我们这个大家庭更加亲密了，也更懂得了团结。

中途休息时，同学们都把自己的食物和水拿出来分享，并举行了各种文艺活动，展现出阜康一中学子的风采，当我们再一次出发时，我们休息时的垃圾，都被同学们不约而同的装进书包里。

当我们完成这二十三公里的长途跋涉到达国旗杆下时，我们心中出现了一个英雄的影子，那就是我们自己！

拉练对一个人来说是痛苦的，但当我们回忆起从学校到500水库留下来一连串属于我们脚印的时候，我们都是骄傲的，自豪的。

因为追求，所以选择；因为选择，所以坚持；因为坚持，所以奋进。选择了，就要去坚持。

拉练途中，每前行一小步，都代表一个新的高度，这是一个自我挑战的历程。蜘蛛不会飞翔，但它却能把网凝结在半空中，这是勤奋、坚韧的结果。对我们来说，放弃是容易的，坚持却是困难的。王安石说，“登山，如人生一样，虽然常不能预知结果，但只要坚持，终会成功。登山是人生的浓缩，之前因为成功而有机会登山，而我仍需要继续攀登一座峰，就是每个人心中的那座峰。”我们也有一座想要攀登的山峰，虽然我们都是平凡的人，但只要坚持不懈，就可以通过努力追求梦想，登山人生的高峰，让生命不平凡。

不经历风雨，何以见彩虹，不经一番寒彻骨，哪来梅花扑鼻香？

在今后的学习生活中也是如此，只要我们肯坚持，肯努力，肯奋斗，高考的辉煌将由我们创造！

谢谢大家！