

不走寻常路，徒步“画马”别脱“缰”

迎马年户外运动圈兴起新玩法，却伴生着破坏环境与人身安全隐患

徒步“画马”多数路线不在“路”上

“再往左挪几步，不然马鬃就歪了！”1月15日下午2时，北京奥林匹克森林公园北园的林间空地上，35岁的林女士正对着手机轨迹软件调整步伐，她身边几位“驴友”也是个低头紧盯屏幕，在丛林草间穿梭。这一幕被网友调侃“像神秘组织集会”。

打开“两步路”“六只脚”等户外APP，搜索“北京画马”，各类轨迹路线扑面而来，里程从5公里到40公里不等，满足不同体力人群的徒步需求。

记者看到，一些路线设计极具巧思：除了基础的马头侧颜和完整骏马造型，还衍生出带“2026”数字的创意款、卡通萌马、飞扬马、福字马、大马拉小马等十余种样式。社交平台上也充斥着网友分享的优化要点，比如马鼻子位置要放慢速度保证平滑，左马耳尽量画小画尖，右马耳稍大更美观，画眼睛时需要暂停轨迹避免多余的痕迹……

“以前流行画招财猫和玫瑰花，马年一到，‘画马’直接霸榜。”户外组织的领队老周说，他们近期推出的西山“画马”、奥森“画马”活动，每期38元/人的费用，报名通道一开就迅速满员，参与者年龄从16至60岁不等。社交平台上，“马年画马挑战”“用脚步画一匹新年骏马”等话题热度持续攀升，不少人晒出自己的轨迹截图。

1月15日在奥森北园，记者也开启了一条约10公里的“马头”路线。与常规徒步不同，这条路线几乎不涉足正经的道路，全程在树林与草坪间反复折返，每一段路程的走向都直接决定图案精度。

“轨迹系统有延时，走快了就会偏，而马鬃的线条必须细腻，每一次折返都要精准对齐，不然画出来就是乱糟糟的一团。”林女士属于精细派，她特意穿了防滑徒步鞋，每一步都小心翼翼，遇到树枝缠绕的路段，宁可弯腰钻过也不绕行。

而偶遇的徒步爱好者张先生则显得从容许多。他告诉记者：“没必要太较真，偏差十米在地图上几乎看不出来，徒步的快乐比完美图案更重要。”

在老周看来，“画马”活动将户外运动与传统文化、新年仪式感相结合，精准击中了现代人的精神需求。“比起单纯的徒步健身，‘画马’多了一份探索感和成就感，每一步都有明确的目标，结束后还能收获独一无二的‘作品’，这种体验是其他运动无法替代的。”

为“画马”破坏绿植 翻越围栏现象频发

记者在采访中发现，由于多数“画马”路线为了追求图案精

度，就得避开主路，选择树林、草坪等区域，对周围环境造成干扰。在奥森体验过程中，记者先后目睹三位参与者撞到树干。林晓走完路线后，帽子和肩膀上沾满了枯草，衣服上也有树枝划痕：“全程都在看手机找轨迹，根本顾不上周围的障碍物。”

度，就得避开主路，选择树林、草坪等区域，对周围环境造成干扰。

在奥森体验过程中，记者先后目睹三位参与者撞到树干。林晓走完路线后，帽子和肩膀上沾满了枯草，衣服上也有树枝划痕：“全程都在看手机找轨迹，根本顾不上周围的障碍物。”

在奥森，徒步“画马”时需要在树林里来回穿梭在奥森北园的徒步路线上，记者看到原本覆盖着枯草的地面被硬生生踩出一条条小径。部分向阳山坡上，草尖还带着几分残存的青绿，却被“画马”爱好者为贴合轨迹径直踩踏，连片草皮被踩得呈现倒伏状。几处迎春的枝丛更是被硬生生辟出通道，折断的枝条耷拉着，露出光秃秃的茬口。老周坦言：“这条路线我们走了不到一个月，就已经有了明显的踩踏痕迹。”

奥森的草丛被踩出一条路，西山由于地形复杂、路线交错，这里成为“画马”爱好者的首选之地。一些路线延伸至村落附近，有人翻越围栏甚至穿过村民种植园。“刚松好的土，一天就被踩得硬邦邦。”一位园主苦笑。有值守的志愿者告诉记者：“一上午至少有上百人经过这里，很多人为了贴合轨迹，直接从草丛和树丛中穿行，甚至翻越围栏。现在部分区域已经加装上了铁丝网和防爬刺钉。”

大夫山“画马”被叫停 官方推出替代路线

无独有偶，近期一条名为“大夫山画马”的徒步路线也在社交平台走红，吸引大批户外爱好者前往广州番禺大夫山森林公园打卡。据悉，该路线途经多处山林野径，部分路段坡度陡峭，暗藏安全风险。目前，“画马”路线已封闭，公园管理方已对高风险区域实施围蔽管控，并加强对游客的劝导工作；同时联合区文旅部门等单位，研究开发兼具趣味性、安全性与生态保护性的替代路线。

有徒步爱好者挑战该路线后形容其“全程99%野路、超级虐线”，并提醒“无户外经验者切勿尝试”。相关徒步App显示，该路线呈现为一匹“马”的形状，上传时间为2025年11月26日，全程14.08公里，上传者的运动耗时为9时9分31秒。截至1月16日，轨迹下载数已超过3800次。

有徒步者在社交媒体发布了“走后感”。其称，“画马”路途艰险，需多次翻越围挡，沿途多为陡坡、深坑与松软易滑路面，部分斜坡接近80度，且存在碎石滑落风险。徒步者提醒，该路线全程无补给点，还有人耗时可能长达14小时以上，必须戴防滑手套、帽子、口罩等装备，不建议体能不足、无户外经验的“小白”尝试。

1月14日上午，记者在大夫山

森林公园七盏灯水库附近看到，不少徒步爱好者正聚集于此，对照手机攻略穿行在山林野径间。他们大多来自深圳、佛山等地，通过线上相约专程前来体验。记者观察发现，这条路线并非公园规划步道，部分路段地势陡峭，甚至出现断头路，徒步者需借助攀爬或滑行才能通过；个别位置还需翻越围栏，安全隐患突出。对此，大夫山森林公园管理中心已在多个出入口设置围蔽设施，并张贴警示标识，同时增派工作人员对徒步者进行劝导，提醒大家切勿进入危险路段。1月16日上午，记者再次前往大夫山森林公园探访，发现前来体验大夫山“画马”徒步路线的游客已寥寥无几。

大夫山“画马”为何火爆？环境好、宜休闲，又逢马年！何谓“大夫山画马”？记者在社交平台检索发现，不少网友分享了徒步轨迹与攻略。该路线全程14至16公里，因在地图上形成的轨迹形似骏马而得名。由于地形复杂且多为未开放区域，徒步完成全程常需10小时以上。

大夫山森林公园相关工作人员表示，该路线并非园方开发或推荐。目前，“画马”路线已封闭。园方已在相关区域设置围挡与劝导告示，并安排工作人员在人员聚集处进行安全引导。

大夫山森林公园管理中心提示，公园内未开发区域地形复杂，遍布陡坡、落石、尖锐树枝等，偶有毒蛇毒虫出现，且无安全防护设施、无明确标识指引，手机信号易处于盲区。一旦发生意外，救援人员难以快速定位施救，存在较大安全隐患。工作人员同时强调，山区地形复杂、生态脆弱，未开发路线不仅威胁人身安全，也可能破坏植被。“后期我们将对受影响区域进行覆绿补种。”

1月9日，国家体育总局登山中心发出的《关于进一步加强冬季登山户外运动安全 严禁违规开展徒步穿越等活动的通知》强调，加强对属地重点地区的安全工作提示和联合执法。摸排本地区重点“网红”路线，形成清单，加强监管，协调有关部门针对重点“网红”路线等事故高发区域设置安全警示牌，加强安全警示教育。同时，联合有关部门出台具体针对性措施，强化对非法徒步穿越等活动的联合执法。对违法违规的组织或个人，该曝光的曝光，该依法处理的及时处理。

据了解，在上述“画马”路线封闭后，广州番禺区文旅部门联合大夫山森林公园管理中心及专业勘测团队开展实地勘探，推出了“画马”替代路线，整条线路长16.95公里。该路线初步还原“奔马”姿态，但番禺区文旅部门指出，目前这条“画马”路线图还不够形象，仍待众人携手晕染完善，诚邀大家继续打磨提升。

据北京日报、南方都市报、广州日报



2026元旦给新年画个骏马
...徒步路线 西山马 18...

徒步人的新年打开方式：6
个特色路线快收好 20...



快跟上打卡！18条创意轨
迹路线分享给你...画马...



2026新年快乐！马到成功
...#轻松徒步路线 #我...

马年将至，在社交平台上，各地徒步爱好者分享了一种创意玩法——“画马”，相关穿越路线攻略一时引发追捧。

记者手记

守住脚下文明，享受徒步乐趣

徒步“画马”是一项很有创意的户外活动。如何在享受徒步乐趣的同时守住脚下文明，每个参与者还有功课要做。

大自然的馈赠值得我们悉心守护，户外徒步更应主动践行“无痕山林”理念。建议徒步路线设计更加精细化，“画马”轨迹尽量减少对环境的破坏，减少对他

生活区域的干扰。

正如户外组织领队老周说的：“不必那么追求轨迹的精细，脚下文明，快乐为主。”“画马”途中，为脚下的花草绕行，多留意沿途风景，也能享受到徒步“画马”的乐趣。

文明“画马”，才能让“大地画布”始终保持生机，让这份独特的新年仪式感能够长久延续。 据北京日报



徒步爱好者在大夫山探索“画马”路线。 据广州日报