# 登山活动策划书(模板11篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2024-08-05

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。登山活动策划书篇...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**登山活动策划书篇一**

活动目的：游览广州名胜标志性景点白云山，锻炼同学们的毅力，提升集体合作意识，培养大家锻炼身体的习惯，增强体制。

活动时间：由于时间安排原因，连续几个星期都有活动，我们无法找到同时满足所有同学的时间进行活动，因而时间我们选择了三月二十号早上进行活动，下午有同学需要上选修课，因而我们的活动需要在当日中午结束。

活动安排：

早上6：叫同学们起床准备

6：3全体同学在十栋楼下空地集中

6：35集合完毕小组长点名，出发前往公交车站

6：5全体同学到达大学城体育中心总站等车

7：大学城1号线第一班车发出，全员乘车前往白云山

8：到达白云索道站下车

8：5在白云山脚下照合照，点名

8：1集体购买门票开始爬山

1：到达山顶公园后集体活动结束(下午上选修的同学回大学城)建议并组织部分没事的同学攀登摩星岭。

12：结束活动

活动策划准备：

1、多次发放通知提醒同学们准时起床到达指定地点(如果实在来不及赶第一班车等7：3分的车)

2、购买各种可以填饱肚子的实物，以免同学来不及买早餐吃或者爬山时肚子饿，同时这些食物可用于奖品奖励表现积极的同学(具体安排应情况改变)。

3、全班分出4个小组，分别选出小组长，小组长要负责小组成员的考勤和所处状态(每时每刻的`具体位置，安全和身体情况等)

附录：活动具体通知2份

**登山活动策划书篇二**

：武夷山

：业务部全体成员

：为营造健康积极的工作环境，提升员工的精神文化品位，加深相互认识了解、培养成员之间互亲互爱、增进感情，加强社团团队凝聚力。

1、各成员于早上8：00准备备好物品在办公楼前集合。

2、会长在清点人员之后传达注意事项，和活动目的，完毕后分若干小组。各组配1-2名干部负责，一名组长，一名通信员。

3、开始出发，队伍行进。队伍行进过程中必须整齐，不可太嘈杂，干部和小组长注意观察队员的情况，确定适当的休息时间。

4、到达山脚时建议有十几分钟的休息时间。

5、爬山。爬山过程中建议各队分开行动，各队之间评比爬山快慢，最快的一组有优先向社旗上写名的权利，最慢的一组要有处罚性的节目演出。过程中有精彩的部分，做好拍照工作。要有一定秩序，注意安全。

6、休息。建议休息半小时后开展活动。

7、开展娱乐性活动，无固定时间，若爬山用时过长可对时间进行压缩，若短也可以增加。本活动在社团之中展开。备选活动（现场决定进行那几个）

（1）接歌。分若干队，由干部带领，社长唱一句，各队根据其中最后一个字接唱，各队伍之间要有竞争，开始时可降低难度，所接唱的歌曲中必须有上句所唱句中最后一字，可谐音。

（2）拉歌。各队伍之间要攀比士气，互相拉歌。

（3）成语接龙。

（4）类似于击鼓传花的\'游戏，选一人蒙住眼睛，同时进行传花，数停止后，手中有花者必须表演节目。

（5）给出几个成语编故事。

（6）小型辩论会。推举十个人，分成两队在社团就某一问题展开辩论。

（7）小型舞会，找一块平整的空地，会跳舞者参与其中不会的也可以学习。

（8）超级模仿秀。自愿参加，模仿某一明星唱歌或表演、

8、午餐。计划用时五十分钟。

9、自由活动。原则上不允许单独活动，可以几个人结伴活动或游戏，也可以成员之间互相认识相互交谈，看书或其它。

10、会员感言。再次集聚，每个人一句话来表达西安佳本次活动的感想和收获。

11、全体拍照留念。

12、社团统一组织下山，有序进行，注意安全。

13、回校。（计划用时一小时，到达b楼广场集合）

14、社长做活动总结，并宣布成员写一篇活动感受，然后宣布活动结束、

1、分组行动。可以延续培训时的队伍或者以各部为队伍，有队长安排调度。队中也可以男生帮扶女生以收到“男女搭配爬山不累”的效果。

2、队伍在行进和爬山过程中务必统一行动，队伍要整齐，队长要负好责任。

1、一切听从领导，遵守活动纪律，以安全为主，为安全起见，一切成员不准擅自离开队伍，如有特殊向干部报告。单独行动，至少三人或三人以上活动。

3、个成员注意团队精神，主动关心帮助周边同学。

4、各成员需带好午餐，饮用水及桌布等，切记保护环境，午餐后下山前将垃圾收集起来，统一处理，不得乱扔。

5、秋高气爽，天气干燥，不允许生火。

6、干部或组长维持各组的秩序和纪律。

1、本活动由社团人员自愿参加。

2、凡是参加者可以允许有请假者的存在，但请假者必须服从上级的安排。

3、由于不服从管理而引发的意外伤害个人承担。

1、合身的服装（校服），鞋子

2、药品。如创可贴、药棉等。

3、相机，口哨。

4、每人准备个人适量的水和食物。

5、会期（由两名同学负责）。

**登山活动策划书篇三**

二、活动时间：

三、参加人员：

四、活动地点：贵阳市乌当区盘龙山省级森林公园

五、活动组委会：

(一) 总活动策划组：

(二) 现场组：

(三) 安全保卫组：

(四) 医疗护卫主：

(五) 裁判组：

六、活动细则：

(一)、 集合地点：盘龙山森林公园万米云梯入口处

(二)、 活动方式：“过五关，斩六将”，以团队为单位，分成机关队，自由组合队(具体多少队由组委会决定)，开展智能冲关趣味式登山活动。参赛队必须通过团队协作努力，通过“寻找装备”“逃出迷宫”“ 铁锁攀岩”“ 愚公搬运”“芝麻开门”五个关口任务。活动中通过装备中的道具对竞争队进行阻击，也叫做“斩六将”。参数队必须依据游戏规则，最终抢先到达游戏目的地的团队为优胜者。名次的排名以对旗排列的先后顺序为准。若需通关，必须依靠体力、智力、耐力、团队协作能力等综合能力的使用。凡取得通关签章的，即为过关。

(三)、 活动规则：

1、五关

(1)寻找装备

装备主要有：景区地图，通关钥匙(只有在相应的关卡才能使用)，饮料和干粮(全程的能量补给)，通关宝典(相应的关口才能)，对讲机(用于队员联络，情报监听)，通关碟文(但凡每通过一关时，有关主签盖过关章，最终芝麻开门将对其进行验证)，求助电话薄(一般不能拨打，除非放弃游戏)，“斩六将”阻击道具(象棋、围棋、扑克、骰子等)。

(2)逃出迷宫

本关是万里云梯的第二关。有一个进口，一个出口。参赛队必须全队通过方能取得通关盖章。通过此关可以借助通关宝典来完成，也可以硬闯本关。(本关通关宝典所能提示的只能是通关地图的位置，需要团队协助才能完成。)

(3)铁锁攀岩

本关是第三关，场景为以个比较高的大树或者是陡坡，其上可设为通关签章点，参赛者必须通过指定路径全数到达其地，取得签章，方可过关，本关只能由一个团队单过，若遇到两支队伍同时到达，则可以由两支队伍通过阻击道具进行阻击，胜出者率先通关。

(4)愚公搬运

本关为第四关，是一个体能大挑战的关卡。参赛队通过通关宝典提示，找到道具，道具为负重包袱。所有的包袱可以由队员自行分配重量。直到本队所有的队员尽数到达下一关取得通关签章后方能卸下其包袱。

本关可以使用阻击道具。

(5)芝麻开门

本关为最后的关卡，有一铁门，必须要特殊道具才能将铁门打开，本关必须通过寻宝，才能得到所需要的道具。从而打开铁门将其队旗插于威风台。以此完成任务活动，方能获得胜利。本关可以使用阻击道具。

(6)“斩六将”阻击道具的使用，可以每隔10分钟使用一次。若在活动中，对手在10分钟内尚为完成任务，则可以向对方再次提出挑战。若遇到几队人同时冲关，则需要通过联盟阻击，如有多对人到达关前，则可以自由组合成两队，进行阻击。待阻击完成后又在其内部进行阻击。但凡对手已经在进行冲关时，不可以对其使用阻击冲关道具。

七、其他人员安排：

医务组：为预防登山活动中的突发事件，需要安排医务人员在各段要地。 后勤组：

1.比赛前每人人发统一服装及矿泉水。

2.比赛中工作人员带足适量药品和用品，以备不时之需。

八：注意事项：

1、为了使整个活动更加具有组织性，参赛队员必须穿戴统一制作的文化衫、文化帽参加比赛，这样在行进途中可以很好的认出本队人员，避免人员走失。

2、每个队的领队个分发一面印有活动参赛队标志的旗子。

3、登山时，速度一定要根据自身条件自我掌握，并注意中途休息。如果发现胸闷、头晕、眼睛发黑，要马上停下来休息。比赛要量力而行，如发现体力不支或下降，难以承受时，不要勉强向前，原地休息，并拨打求助电话通知组委会工作人员。

4、所有员工务必按照登山路线前进。

5、员工要严格遵守景区的管理规则，爱护景区环境，服从组织者的安排，注意登山安全。

九、奖项设置：

1、冠军奖：颁发获奖证书，奖品待定。

2、亚军奖：颁发获奖证书，奖品待定。

3、季军奖：颁发获奖证书，奖品待定。

4、最佳协作团队奖：颁发获奖证书，奖品待定。

5、最佳组织奖：颁发获奖证书，奖品待定。

6、最佳组织奖：颁发获奖证书，奖品待定。

十、开幕式程序

1、开幕前准备分发各队队服及其其他：

2、领导开幕致辞

3、领导宣布开幕并按动开幕大门

4、参赛队员进入活动区域

5、活动开始

十一、气氛营造

1、 开幕式会场

2、活动现场制作彩旗 活动开幕会场制作空飘8个，大型拱门3-5个，音响设备，活动开幕式背景喷绘。

3、  景区道路制作赞助商旗帜 活动终点站制作威风台供参赛队悬挂旗帜。并准备获胜礼花。 活动终点站制作空飘8个，大型拱门及宣传背景。

开幕式所用电子开启大门及其开幕式舞台。 装备存放点。 迷宫阵，用原木制作，面积为20xx—5000平米 铁索塔，可以以大树，斜坡为基点，制作大型攀岩网。 负重体育用品 威风台及芝麻开门封闭围墙。

**登山活动策划书篇四**

华南农业大学自发志愿者

张美妍

在广州增城市派潭镇的边陲,与从化市交界的地方有座名山叫鹧鸪山。它是增城市与从化市疆界的分水线,也是地域上东江流域与北江流域的分水岭。鹧鸪山有大小鹧鸪峰两座,为雌雄山峰,大鹧鸪海拔793米,小鹧鸪海拔651米,大小鹧鸪双峰巍峨仿佛是牵着手的情侣,耸立在北回归线附近,有“鹤立鸡群”的美誉。它高峻雄伟,增城市派潭镇的当地群众称之为“双凤朝阳”。鹧鸪山位处大广州的东北部,据考察的学者说在天高云淡万里晴空的时候,立于大鹧鸪的峰顶可望见广州城。而正是在鹧鸪山脚下的就是伟大古人张九龄的后裔——旧高埔村。

在 五一劳动节之际，张九龄的后裔旧高埔村村民与派潭二中学生通过这次登鹧鸪山活动，使他们更了解张九龄文化、锻炼身心和学习团队精神，通过这次活动让社会更 了解张九龄文化、关注“留守的天空”快乐成长营的项目活动，让更多的人关注或参与到我们的活动中。也能锻炼当代大学生志愿者的服务社会、回报社会的意识和 深入农村基层的组织实践能力。

20xx年5月2日

鹧鸪山 旧高埔村祠堂 草洞村

以组队合作共同完成的形式，每组5人（包括有村民和学生）进行比赛。以草洞村（即鹧鸪山脚下）为起点，旧高埔村祠堂为终点。

各村民和学生完成组队——在草洞村举行登山启动仪式——登山比赛正式开始——待到全部队员都到达了终点后举行颁奖仪式——总结活动结束 (作者编辑：admin) 1.5月2日早上8:30在草洞村举行登山启动仪式（主持）

.在启动仪式前各村民和学生需完成组队，并商量出自己队的口号（安排每队加入一个志愿者协助每队顺利组建、口号的确立和队伍标志）

.7:30点华农大志愿者需到达草洞村（即鹧鸪山下）进行布置启动仪式的场地（志愿者与村民合作完成）

9点启动仪式结束后登山比赛正式开始（部分志愿者需回到终点布场）

冠军（奖品:)

亚军(奖品：)

最具团结精神奖（奖品：）

**登山活动策划书篇五**

登山活动有利于加强成员之间的相互了解，增加大家的友谊，丰富成员的课余生活。下面是的关于登山活动的策划书，欢迎参阅。

登山活动策划书范文1 一、主办单位：

二、活动时间：

三、参加人员：

四、活动地点：

五、活动组委会： (一)总活动策划组：(二)现场组：(三)安全保卫组：(四)医疗护卫主：(五)裁判组：

六、活动细则： (一)、集合地点：

(二)、活动方式：“过五关，斩六将”，以团队为单位，分成机关队，自由组合队(具体多少队由组委会决定)，开展智能冲关趣味式登山活动。参赛队必须通过团队协作努力，通过“寻找装备”“逃出迷宫”“ 铁锁攀岩”“ 愚公搬运”“芝麻开门”五个关口任务。活动中通过装备中的道具对竞争队进行阻击，也叫做“斩六将”。参数队必须依据游戏规则，最终抢先到达游戏目的地的团队为优胜者。名次的排名以对旗排列的先后顺序为准。若需通关，必须依靠体力、智力、耐力、团队协作能力等综合能力的使用。凡取得通关签章的，即为过关。

1 / 10

(三)、活动规则： 1、五关(1)寻找装备

本关为第四关，是一个体能大挑战的关卡。参赛队通过通关宝典提示，找到道具，道具为负重包袱。所有的包袱可以由队员自行分配重量。直到本队所有的队员尽数到达下一关取得通关签章后方能卸下其包袱。

本关可以使用阻击道具。

2 / 10

(5)芝麻开门

本关为最后的关卡，有一铁门，必须要特殊道具才能将铁门打开，本关必须通过寻宝，才能得到所需要的道具。从而打开铁门将其队旗插于威风台。以此完成任务活动，方能获得胜利。本关可以使用阻击道具。(6)“斩六将”阻击道具的使用，可以每隔10分钟使用一次。若在活动中，对手在10分钟内尚为完成任务，则可以向对方再次提出挑战。若遇到几队人同时冲关，则需要通过联盟阻击，如有多对人到达关前，则可以自由组合成两队，进行阻击。待阻击完成后又在其内部进行阻击。但凡对手已经在进行冲关时，不可以对其使用阻击冲关道具。

七、其他人员安排：

医务组：为预防登山活动中的突发事件，需要安排医务人员在各段要地。后勤组：

1.比赛前每人人发统一服装及矿泉水。

2.比赛中工作人员带足适量药品和用品，以备不时之需。

八：注意事项：

1、为了使整个活动更加具有组织性，参赛队员必须穿戴统一制作的文化衫、文化帽参加比赛，这样在行进途中可以很好的认出本队人员，避免人员走失。

2、每个队的领队个分发一面印有活动参赛队标志的旗子。 3、登山时，速度一定要根据自身条件自我掌握，并注意中途休息。如果发现胸闷、头晕、眼睛发黑，要马上停下来休息。比赛要量力而行，如发现体力不支或下降，难以承受时，不要勉强向前，原地休息，并拨打求助电话通知组委会工作人员。

3 / 10

4、所有员工务必按照登山路线前进。

5、员工要严格遵守景区的管理规则，爱护景区环境，服从组织者的安排，注意登山安全。

九、奖项设置：

1、冠军奖：颁发获奖证书，奖品待定。 2、亚军奖：颁发获奖证书，奖品待定。3、季军奖：颁发获奖证书，奖品待定。

4、最佳协作团队奖：颁发获奖证书，奖品待定。 5、最佳组织奖：颁发获奖证书，奖品待定。6、最佳组织奖：颁发获奖证书，奖品待定。

十、开幕式程序

1、开幕前准备分发各队队服及其其他： 2、领导开幕致辞

3、领导宣布开幕并按动开幕大门 4、参赛队员进入活动区域 5、活动开始

十一、气氛营造 1、开幕式会场

2、活动现场制作彩旗 活动开幕会场制作空飘8个，大型拱门3-5个，音响设备，活动开幕式背景喷绘。

用原木制作，面积为2024—5000平米 铁索塔，可以以大树，斜坡为基点，制作大型攀岩网。负重体育用品 威风台及芝麻开门封闭围墙。

登山活动策划书范文2 一、活动主题

“环保，从你我做起”

二、活动背景和目的：

三、活动时间： 20xx年4月22日

四、活动地点：

攀枝花市岩神山

五、活动对象：

机械系第一党支部自律自治委员会成员。

六、活动流程： (一)活动前期准备：

1、请宣传部定期画出宣传海报，以起到一定的宣传作用

5 / 10

2、确定好爬山路线

3、提前通知各参加成员带好爬山必需品 4、准备好防暑药品及水(二)活动内容：

3、活动规则：沿途设置四处定向点位，并在每个点位处都安排了一名负责人负责出题，回答最准确、最快的选手将可以顺利通过，最终以用时最短的小组并且捡垃圾数量最多的为获胜队。每组6至7人，各组选出一名组长，负责小组长负责本组成员的召集、联络及安全工作，及时掌握组内成员的活动情况并与负责人保持联系，并带领组员一起完成比赛项目。最后三名则要给大家表演节目，表演节目的时候可以找部分成员谈一谈感受。

4、最后全体拍照留念。

5、返校时由各组组长统计返校情况，并做好记录。 6、成员注意事项

(1)衣着、鞋子要适合登山运动;(2)活动过程中听从统一指挥，不要单独行动，遇到问题可与组长或负责人联系，不要擅做决定。

(3)垃圾装袋，下山后集体处理，不要乱丢乱放。5.每人需带物品：

(1)午餐所需的食品、水等自备;

6 / 10

(2)防暑药品及急救药品等由实践部负责提供。

七、活动安全及注意事项：

1、在爬山过程中组长要随时观察队员情况防止因打闹出现安全事故 2、由于是团队行动，在路途中如有人有事离开，必须向队员说明原因和回来的时间，防止人员丢失。

3、由于天气原因要随声携带好防暑药品及水防止中暑

4、山间小路尽量走靠近山体的一侧，而不是靠近悬崖的一侧。

并且尽量使自己的背包重心稳定，双手能够空出来。5、集体决策，切不可擅自独行。

20xx年4月11日

登山活动策划书范文3 一、活动主题：

勇登尖峰——大学生新学期学习适应小组活动

二、活动意义：

通过组织学生进行登山提高学生身体素质以及团队合作精神，运用社工的专业技巧(小组工作技巧)引发同学们在登山过程中对学习和人生的思考。

三、活动组织机构 (1)主办单位：行知学院团委

(2)承办单位：行知学院社会工作协会(3)协办单位：行知学院法学分院学生会

四、活动对象：浙江师范大学行知学院在校学生

7 / 10

五、活动时间、地点

活动时间：20xx年3月5日星期六

活动地点：尖峰山

六、活动前准备：

4、由网宣部和办公室共同负责活动过程的摄影和新闻撰稿

七、活动内容：

1、将招募到的队员平均分为5组，每组7-8人，人数比例为大三2—3人，大二2—3人，大一3—4人; 2、由大三同学作为总带领，负责本小组的活动安排，运用社会工作相关技巧，引导团队，共建互助合作精神;注意在登山过程中和队员的交流以及队员的人生安全;3、全体队员于周六早上于商业街大花坛集中，发放活动体验书，8:00准时出发;4、事先安排两名同学于7点出发，率先登顶，负责队员登山状况的记录工作;5、最先登顶的一组团队(要求全部队员都需登顶)颁发“最佳团队奖”，并给予一定物质奖励，按最后一名队员登顶计算;6、登顶前二名颁发“最佳个人奖”“最具风采奖”

8 / 10

8、登顶后，各带领负责活动后体验分享并记录; 9、安全返回

九、活动预计财政支出

宣传单：100×0.08=8元

体验报告书：50×0.08=4元

奖品及证书：10×5=50元

其他(小组活动道具等)：10元 总计：72元

十、预期困难及解决方式

9 / 10

行知学院社会工作协会

10 / 10

**登山活动策划书篇六**

秋季分组登山比赛

二，活动意义

通过组织学生进行登山提高学生身体素质以及团队合作精神

四，活动内容

将所有参加活动的同学分成若干组，没组选出队长一名，负责带领各自的小组。各小组自由选择登山路线，一先到的一组为获胜组。

五，活动目的

通过本次活动使学生提高对身体素质的重视，增强学生的团队合作意识

六，活动总结

通过成功的进行本次登山比赛活动，使我们社团的内部合作更加默契，各部门对于各自职责更加明确。也在活动中发现了社团内工作分配的成功与不足，对我们社团未来的发展起到了积极的推动作用。

文档为doc格式

**登山活动策划书篇七**

在广州增城市派潭镇的边陲,与从化市交界的地方有座名山叫鹧鸪山。它是增城市与从化市疆界的分水线,也是地域上东江流域与北江流域的分水岭。鹧鸪山有大小鹧鸪峰两座,为雌雄山峰,大鹧鸪海拔793米,小鹧鸪海拔651米,大小鹧鸪双峰巍峨仿佛是牵着手的情侣,耸立在北回归线附近,有“鹤立鸡群”的美誉。它高峻雄伟,增城市派潭镇的.当地群众称之为“双凤朝阳”。鹧鸪山位处大广州的东北部,据考察的学者说在天高云淡万里晴空的时候,立于大鹧鸪的峰顶可望见广州城。而正是在鹧鸪山脚下的就是伟大古人张九龄的后裔——旧高埔村。

“血浓张九龄，情系鹧鸪山”之第一届“张九龄杯”鹧鸪山登山节

在五一劳动节之际，张九龄的后裔旧高埔村村民与派潭二中学生通过这次登鹧鸪山活动，使他们更了解张九龄文化、锻炼身心和学习团队精神，通过这次活动让社会更了解张九龄文化、关注“留守的天空”快乐成长营的项目活动，让更多的人关注或参与到我们的活动中。也能锻炼当代大学生志愿者的服务社会、回报社会的意识和深入农村基层的组织实践能力。

活动时间：20xx年5月2日

活动地点：鹧鸪山旧高埔村祠堂草洞村

活动对象：旧高埔村村民派潭二中学生华农大志愿者

活动形式：以组队合作共同完成的形式，每组5人（包括有村民和学生）进行比赛。以草洞村（即鹧鸪山脚下）为起点，旧高埔村祠堂为终点。

1、5月2日早上8:30在草洞村举行登山启动仪式（主持）

2、在启动仪式前各村民和学生需完成组队，并商量出自己队的口号（安排每队加入一个志愿者协助每队顺利组建、口号的确立和队伍标志）

3、7:30点华农大志愿者需到达草洞村（即鹧鸪山下）进行布置启动仪式的场地（志愿者与村民合作完成）

4、9点启动仪式结束后登山比赛正式开始（部分志愿者需回到终点布场）

6、1点待到全部队员都到达了终点后举行颁奖仪式，最后总结

奖项设置：

1、冠军（奖品:)

2．亚军(奖品：)

3、最具团结精神奖（奖品：）

**登山活动策划书篇八**

一、活动主题：“团结互助，增进友谊”“强身健体、更好工作”

二、活动背景：时值春天，无论是气候情况还是从公司员工

身心角度考虑都是很适合户外活动.

三、活动目的：登山可以愉悦人心、放松自己；陶冶情操，保持良好心态；调节工作压力，改善自己的工作状态；丰富大家的课余生活，增进员工之间的友谊；培养团队合作精神，享受生活乐趣，提高工作的积极性。

四、活动时间：20xx年3月8日（星期二）

五、活动地点：云梯山大巴车电话：顺发67890456

六、活动发起部门：人资部、副总办

七、活动经费：往返车费800，水100，饭费：200

八、活动成员：全体员工

九、活动流程：

1.上午8：30云梯山门口集合，预计半个小时之后集合完毕出发。

2.上午8：30出发至山顶。

3.爬山过程中pk爬山速度、到顶峰团员可观赏风景，合影留念。

十、活动注意事项：

1.活动过程中听从统一指挥，不要单独行动，遇到问题可与负责人联系，不要擅做决定。

2.衣着、鞋子要适合登山运动。

3.每人都应该配备充足的矿泉水或饮料，以防口渴。

4.准备相应药品。创可贴、止痛剂，以备突发情况。

5.记得带伞，以防天气有变。

6.注意安全，爬山过程中要小心。

7.垃圾装袋，下山后集体处理，不要乱丢乱放。

8.负责人应该经常清点人数，防止有人掉队。

梯子山是济南最高的山，至今仍未开发成为景区，海拔976米，位于济南西营梯子山村。在遍布圈地、坐收门票的济南南部山区，梯子山以原始的自然生态固守着最后的苍凉，可以称为济南最美丽的后花园，因此也成为济南当地及外来驴友选择徒步的好去处。

自驾信息：英雄山路南行——省道103线南行——仲宫大桥省道103线——柳埠镇，沿柳埠大街——根据沿路指示牌——水帘峡风景区。公交信息：济南市区乘坐67路公交车（市内经过站点：八里桥－堤口路－长途汽车总站－成丰桥－天桥南－大观园－英雄山－重汽技术中心）至终点站李家塘南行5公里。

**登山活动策划书篇九**

一、活动主题 ：“团结互助，增进友谊”“强身健体、更好工作”

二、活动背景：时值春天，无论是气候情况还是从公司员工身心角度考虑都是很适合户外活动的，因此我们冠中公司工会和团支部组织了这次出游活动。

三、活动目的：登山可以愉悦人心、放松自己；陶冶情操，保

持良好心态；调节工作压力，改善自己的工作状态；丰富大家的课余生活，增进员工之间的友谊；培养团队合作精神，享受生活乐趣，提高工作的积极性。

四、活动时间：20xx年 月 日（星期？）

五、活动地点：上虞

六、活动发起部门：宁波冠中工会、团支部

七、活动经费：车费1600，水200，门票

八、活动成员：公司科室员工

九、活动流程：

1. 上午8：00在宁波冠中门口集合，预计半个小时之后集合完毕出发。

2. 上午8：30出发至上虞。

3. 开始爬山，团员可观赏风景，合影留念。

十、活动注意事项：

1. 活动过程中听从统一指挥，不要单独行动，遇到问题可与负责人联系，不要擅做决定。

2. 衣着、鞋子要适合登山运动。

3. 每人都应该配备充足的矿泉水或饮料，以防口渴。

4. 准备相应药品。创可贴、止痛剂 ，以备突发情况。

5. 记得带伞，以防天气有变。

6. 注意安全，爬山过程中要小心。

7. 垃圾装袋，下山后集体处理，不要乱丢乱放。

8. 负责人应该经常清点人数，防止有人掉队。

**登山活动策划书篇十**

宁波大红鹰学院校kab创业俱乐部全体成员、实践部全体成员（欢迎携带家属参加）。

荪湖入口——下灵峰寺——小灵峰寺---茶园

1、11：30工作人员到达集合点（学校东一门门口）做好活动前的一切准备

2、11：45进行签到集合

3、12：00准时出发，出行方式路线暂定

4、12:25到达北山步道荪湖入口景区集合（有宁波大红鹰学院kab创业俱乐部旗帜引导，进行再次点名工作，确认人数。）

7、晚饭后可自由分组活动（第四次点名）

1）周边湖体散步聊天

2）垂钓

3）保国寺游览（门票20元/位）

4）中途休息游戏：具体游戏见解：

游戏规则：

1、所有人围成一个圆圈，一人站在圆心。

2、主持人宣布规则：有站在圆心的人随机问圆圈里的人（比如说a），你喜欢我吗？如果a回答喜欢，则a周围相邻的两个人就要互换位置，在互换位置的时候，站在圆心的人就有迅速的插到a周围相邻的两个位置之间，这样a周围相邻的两个人有一个就没有位置，那么就由他表演一个节目或作自我介绍，然后就由他站在圆心，游戏开始下一轮。

3、如果a回答不喜欢，则站在圆心的人将会继续问a：“那你喜欢什么”。如果a回答我喜欢戴眼镜的人，则场上所有戴眼镜的人都必须离开自己的座位寻找空位，而站在圆心的人需要迅速的找一个位置，这样没有找到位置的人就需要由他表演一个节目或作自我介绍，然后就由他站在圆心，游戏开始下一轮。

4、a如果回答不喜欢之后，还可以回答例如我喜欢男人，那么全场的男人必须全部换位，如果a是男的，他自己也要换位。为了增加难度和趣味性，还可以回答，我喜欢穿白袜子等不被人马上发现的细节。

游戏规则：

1．选一块宽阔平整的游戏场地。

2．队员们以小组为单位站成一圈。每人相距约一臂长。作为培训专员的你也不例外。

3．告诉小组游戏将从你手里开始。你大喊出自己的名字，然后将手中的球传给自己左边的队友。接到传球的队友也要如法炮制，喊出自己的名字，然后把球传给自己左边的人。这样一直继续下去，直到球又重新回到你的手中。

4．你重新拿到球后，告诉大家现在我们要改变游戏规则了。现在接到球的队员必须要喊出另一个队员的名字，然后把球扔给该队员。

5．几分钟后，队员们就会记住大多数队友的名字，这时，再加一只球进来，让两个球同时被扔来扔去，游戏规则不变。

6．在游戏接近尾声的时候，再把第三只球加进来，

其主要目的是让游戏更加热闹有趣。

7．游戏结束后，在解散小组之前，邀请一个志愿者，让他在小组内走一圈，报出每个人的名字。

游戏规则：

1.将全班学生分成两大组，推荐产生两位组长，两路纵队排好。

2全组学生把双手搭在前面同学的双肩上组成一条“大蜈蚣”，开始练习一下“大蜈蚣”跑动，看看彼此是否协调。

3．接下来开始做“蜈蚣”翻身比赛，要求第一位组员依次从第二、三人拉手处，第三、四人拉手处……一直到队伍最后两位的拉手处钻过去，第二位组员、第三位组员……跟随前面的组员一直钻完所有的拉手孔。

4．完成“蜈蚣”翻身用时最少的组为胜。

游戏规则

参加游戏的人都必须站在塑胶帆布上，然后需要将塑胶帆布翻过来。规则：

1、所有人都必须站在叶子上（包含讨论）

2、只要有人的身体任何部分碰触到地面就要重来讨论。最后一组接受惩罚。

游戏规则：

第一轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的26个字母中的两个，然后用最短的时间摆出这个字母。

第二轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的一个单词，然后用最短的时间摆出这个单词.

最后一组接受处罚

游戏规则：

每组队员前五个用嘴传吸管，中间的用吸管吹气球，后面两个用脚把气球夹破。用时最短的组获胜。

最后一组接受处罚。

主持人喊数字然后就几个人抱在一起

（如有具体情况，请联系相关人员）

活动总负责：陈嘉宇（640205）

签到工作：潘红艳（624821）、徐梦琳（627420）

协助工作（13级）：晚饭后活动方式地点：余颖（519725）

登山过程活动环节、kab总负责：王讨红（534698）

晚饭活动地点路线：白炳雷（530968）

零点活动：刘文滔（534105）

活动主持人：

100元/位（包含晚饭、水和水果，因要预定农家乐和提前准备水等，望能理解）

自驾行车建议路线：机场路高架——保国寺收费站左转----“星期九”生态农庄右转—--荪湖——步道荪湖入口（设有停车场）。

1、本次活动为13级第一次组织活动，望参与者互相转告邀约，发动更多kaber和实践部伙伴参加本次活动，联络感情，进行简单的跨年仪式。

2、可因个人需要，自行准备温水或用于补充能量的食物。

3、活动中不丢弃不能自然降解的垃圾，鼓励拾捡垃圾，提倡环保，尽量不破坏植被、不留下污染的痕迹、严禁猎杀野生动物；注意团队形象，不得破坏大自然和公物。除了我们的脚印，什么也别留下；除了所拍的照片，什么都别带走。

5.如登山当日有雨，活动取消。

6.听从集体安排，大家一起同行，途中互相照顾。

7、自驾路线示意图

8．北山布道简介

北山休闲游步道起点是江北庄桥灵山村，经保国寺、荪湖、毛岙、五湖、环英雄水库周围山脉，终点至慈城五星村，全长为62公里。62公里的游步道中，33公里是自行车休闲绿道，起至保国寺，终至五星。自行车道与登山步道相接，形成完整的北部山林休闲道体系。整条游步道把庄桥街道、洪塘街道、慈城镇范围内的群山全部串联起来，区域总面积50平方公里，覆盖了江北区5000亩山林，串连了保国寺、慈城古县城、五星绿野山庄3个国家4a级景区，直接辐射了沿线的15个行政村。

**登山活动策划书篇十一**

深圳市重阳节登山比赛活动方案

：10月16日下午2：00乘车前往笔架山公园。教师在正校门口上车，学生由班主任组织在本部北校门乘车，1-20班学生分乘1-20号车，剩余学生则乘预备车(21、22号车)。

：教师、学生到达笔架山公园西门后，迅速在停车场前(公园内)集合整队。比赛分两组进行，第一组为教师，第二组为学生。教师组出发后5分钟后学生组出发。参赛队员按各路口指示牌(各路口有体育老师)指引完成比赛。教师、高三女同学登至第一座山峰为终点，男同学登至第二座山峰为终点(笔架山最高峰)。达到终点时终点裁判会将取得名次人员的名次牌发放到队员手中，奖品组按此颁奖。登山到顶后，所有人员应尽快下山到出发点集中，各班清点人数后由各班主任安排本班工作(学生不返校，就地解散回家)。

：体育老师负责比赛线路的勘查和组织比赛，学生处、办公室负责落实和公园的联系以及交通、奖品。

：时逢重阳节，登山人数较多，大家应特别注意安全。原则上不组织比赛之外的其他活动。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn