# 骑行活动方案(大全11篇)

来源：网络 作者：浅语风铃 更新时间：2024-08-12

*为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。骑行活动方案篇一我...*

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**骑行活动方案篇一**

我国贸系学生会策划这次活动，一方面，试图通过“骑行”这种形式，倡导绿色出行新风尚，身体力行实践低碳生活，落实国家低碳减排政策。另一方面，这也是一次传播增城绿道自行车文化，普及大众骑行活动的播种之旅。大众自行车骑行活动，在很多地方已蔚然成风。在我市这种活动也逐步升温。将自行车的传统代步功能扩展到健身、休闲、娱乐等领域。广泛宣传自行车文化的丰富内涵，积极倡导时尚、健康、环保、向上的`生活理念。让更多人了解、热爱自行车文化，传承自行车文化，使自行车文化得到发扬光大。骑出健康体魄，骑出丰富多彩的美好生活。

“骑乐无穷”

增城绿道

xxxx.03.

　：国际经济与贸易系学生会

国际经济与贸易系学生会全体成员及领导老师

1、宣传（海报，横幅）；

2、人员通知；

3、场地时间安排；

4、报名。

**骑行活动方案篇二**

此次骑行活动旨在宣传保护环境的重要性，倡导绿色、环保、低碳的生活方式，践行生活绿色化，号召广大人民群众自觉减少碳排放量，以实际行动保护生态环境，建设生态文明社会，共建美丽家园。通过骑行翠湖、通济湖、彩色罗源村，展示浦江“五水共治”成果，宣传秀美乡镇、灵动浦江。

本次活动的主题为“美丽xx、低碳生活、绿色骑行”

活动单位

主办单位：县委宣传部、团县委、县环保局、街道办事处、乡政府、自行车俱乐部

协办单位：县公安局、县城管执法局、县卫生局

活动地点：县文化广场

活动时间：20xx年6月5日（周五）上午7:50

1、启动仪式（8:00—8:20）。

主持：县委常委、宣传部长。

议程：

（1）副县长致辞；

（2）市民代表宣读倡议书；

（3）领导及参加骑行活动人员签名；

（4）县委副书记宣布骑行开始。

2、骑行路线（8:20—11:30）。

参与方式

各单车俱乐部和社会大众均可报名参加，男女不限、年龄不限，限100人

报名地点：

联系人：

联系电话：

微信：

报名请提供：姓名和联系方式和身份证，并按要求准时参加活动

1、骑行活动自行车、头盔和手套均由参加者自备，车型不限

3、骑行车队成两路纵队出发，骑行中，尽量保持速度一致，不超越前面领骑队员

4、如自行车骑坏、滑链，统一由收容车拖回

5、如队员骑行中受伤，由救护车负责救治

**骑行活动方案篇三**

一、活动主题：

巩固创卫成果，倡导绿色出行。

二、活动目的：

倡导广大市民自觉珍惜创卫成果，倡导低碳出行、绿色出行、文明出行、健康出行。

三、活动组织

主办单位：共青团敦化市委

协办单位：市文明办、市公安局(交警大队)、自行车骑行协会

四、活动对象

全市自行车爱好者(不分男女)、各团(队)组织负责人。

五、活动安排

集合地点：敦化市北山广场(纪念碑台阶下)。

集合时间：5月4日上午8：00。

出发时间：20年5月4日上午8：30。

骑行路线：自启动仪式地北山公园出发，沿敖东大街南行，到翰章广场沿六顶山路南行到六顶山管委会门前(旅游区大门)结束。

六、活动要求

1.本次骑行活动约100人，领队的前约30名为自行车骑行协会会员。

2.活动当日上午7：30点工作人员、领队准时到位开展工作，在维持现场秩序等工作中注意文明礼貌。

3.参加活动者需自备自行车，活动途中遵守秩序，听从领队指挥，注意安全。

4.活动中保持中速行驶，不准在路上表演车技，或同他人赛车，途径十字路口或车流量大的路段时，应放慢车速，文明行车，服从交警指挥，遵守交通规则。

5.遇到严重堵车，或者事故路段，非机动车道被严重占用等路段时，应下车有组织的推行通过。

6.沿途行驶中不准喊口号，听从工作人员指挥，车辆摆放整齐有序。

七、应急预案

1.若遇到雷雨天气及特殊情况，活动取消，顺延至天气条件允许。

2.参加骑行活动的人员如遇到低血糖、中暑、擦伤等状况，及时与街道随行工作人员联系，就近提供少量糖、创可贴等物品。

八、注意事项

1.工作人员必须维持好现场秩序，防止混乱和意外发生。

2.活动参加者自行准备个人装备：头盔、手套等护具。出发前请自行检查好车辆的刹车、轮胎、变速系统等，确保车辆适合骑行。车辆存在安全隐患的车友请与工作人员联系及早排除以确保活动顺利进行。

3.骑行过程中希望大家团结互助，遵守骑行交通规则，靠马路右侧纵队排列骑行(不超过领队)。请服从领队及工作人员的指挥和安排，若中途有故障无法骑行请与领队联系，不得超速嬉闹，尽量减少中途停车等人、找人的情况，确保行车安全。

九、免责协议

此次活动参加者理解参加自行车户外动动相关的风险，并视为愿意承担由于选择了参加户外动动而随之来的全部责任风险。

组织骑行活动策划3

一、联系自行车出租俱乐部，把保养好的自行车在早上8：00送到公司门口。

二、活动前一天晚上通知参加骑行人员，做好骑行前服装、装备、及编队等事项，于早上8：00在公司门口集合。

三、各小队队长清点本队人员、装备及随身携带的物品。

四、各小队队长向总指挥报告各队人员、装备情况。

五、8：30编队，请摄像师拍照，并提醒骑行安全常识及行驶路线及目的地。

六、骑行车队出发

七、保障车在行军途中跟拍

活动内容如下：

趣味活动

1.托球跑：(分两次进行，每次每团体1组参加取用时最少的一组)28接力赛，规则：乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不得用手固定，每个人每次只能托一个球，从起点到终点球(10米)不掉在地上放入指定位置算有效球，另外一人在从筐中捡起球进行接力。如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重来,以8位选手全部运送完球，所用的时间最少的算胜利。(案馓灞2组可以男女混合、白8人,)

2.抢棒棒糖(取获胜人数最多的两组)

道具：四根绳子，棒棒糖若干

参加人员：每馓8人，男女各占一半，可多组进行

比赛规则：两个男(女)生背靠背挽住对方，每个男(女)生前面1米左右站着一个女生，手拿一个棒棒糖。裁判员发令后男(女)生反向用力以吃到对面女(男)生手里的棒棒糖。先吃到者获胜。

3.结对而行

道具:绳子若干(取6组时间所用最短的)

参加人员:五人一组(可男女混合),每团队最多可报10组参加

比赛规则:比赛开始前先把每一组人员的左腿或右腿绑在一起，多组并排一起站在起跑线上，裁判喊“开始”时，各队齐出，最先到达终点的队获胜(30米)。

裁判：1人

4.倒跑比赛(取4组第一名)

馓宄4组一组4人男女混合(1男3女，第一棒男生)每人50米，要求拿上接力棒，传给下一个运动员。不准侧身跑。

5.踢毽球(取得分最高的10人纪念奖)

方法：参赛者在距目标5米处，将毽子踢入直径为20、40、60、80公分的圆心中，最后落点在同心圆中就得分，从内到外依次以5、3、2、1记分。(现场抽取30人参加)

规则：

1、参赛者每人投掷三次，以三次得分之和计比赛成绩。

2、如毽子掷在线上，则以外圈的成绩计分。

裁判：2人

6.心心相印(背夹球)(取用时最少的两组)

20米距离，两端各站12人，每端分成3组，每组2人，背夹一篮球，步调一致向前走，进行接力时，接力方必须在线内完成接力活动，以最后完成用时最少的队伍为胜，违规一次+5秒。(馓2组、白8人、男女不限)

7.呼啦圈竞走比赛(保留项目)(取2组每组的第一名)

接力比赛,比赛长度为1人50米,边转呼啦圈边走(跑),在比赛进行当中呼啦圈不可以掉下来,如果掉下来,捡起来是呼啦圈转起来后再继续行走,直到完成比赛.比赛以用时最少的为胜利。(馓2组、白4人、男女不限)

8.夹乒乓球(取2组每组的第一名)

接力比赛,比赛时间为5分钟,在2张桌子上各放一个小筐,里面有1个乒乓球的小筐放在1张桌子,一个为空的放在另一张桌子上(距离10米，),1人用筷子从有球的筐里向空的筐里夹球,球放到筐里后另外一个人再夹起球，放到对面的筐里，在5分钟内用时最少者胜利，5分钟内未完成比赛的淘汰。途中球如果掉到地上需要捡起球回到起点重新夹球。(馓2组、白8人、男女不限)

9.划船比赛:(2人)

两人对面互相做在对方伸出的脚面上，并抓们对方的手臂，形成小船状，排在:起点线外。比赛开始，各个“小船”在前后摆动时，交换移动两人的双脚，使“小船”向前行进，以先到达终点的队为胜。

规则:(1)小船从何处散开，必须重新组好再开始(2)组成“小船”的两个人的臀部不得离开对力的双脚脚面。

10.跳袋接力:器械:跳袋

参赛队员成一路纵队站在起跳线后。比赛开始，第一人站在跳袋内，手提跳袋的带子向前跳出，绕过标志物返回并将跳袋交给第二人，依次进行，以先跳完的队为胜。

规则:(1)必须绕过标志物。(2)必须在起跑线后交接。(3)队员若摔倒必须在原地起来，重新再跳。

11.穿衣服比赛:(男、女各5人)器械:系扣上衣(自备)

学生成一路纵队站好，每人相隔8米，教师发令“开始”，第一人穿好衣服跑向第二人，然后把衣服脱下，由第二人穿好跑向第三人，依次进行。以最后一人穿好衣服跑过终点线的顺序判定名次。

12.穿针引线:(男女各5人)器械:针、线

各队成一路纵队站在起跑线后，前面30米处椅子上放有针和线。比赛开始，各队第一人跑出至折返点处，将线穿到针上后跑回，第二人出发，依次进行，先完成的队为胜。

13.瞎子穿拖鞋

概要：蒙眼前进5步或6步穿拖鞋的游戏

方法：1、各队轮流派出1人。

2、把拖鞋放在起点前方5步的地方。

3、回到起点蒙眼旋转三次以后出发。

4、能够准确前进5步，第6步穿到拖鞋教多的一组获胜。

参考：进行中对方可以用错误的指示来扰乱。

14.步骤：

1.所有队员，围成圆圈站立，面向中心。

2.首先选一半志愿者到圆圈里面来，脸向上，平躺在地。

3.你也和这些志愿者一起走到圆圈中，要求他们的身体和头部完全静止，头不能离地或者左右摆动。4.在每个志愿者的鼻尖上放一枚小硬币。

5.要求他们只能做鬼脸，一分钟之内使硬币从鼻子上掉下来。你手头一定要有照相机，给他们照一些面部特写镜头，带回去张贴公布。

6.之后，另一半人换过来，重复游戏。

7.一些队员成功完成动作后，让他们平躺在地上围成一个圆，头朝圆心(最好头挨着头)，看谁最先把硬币弄下来。

为使游戏更有趣，更富挑战性，将三个硬币分别放在志愿者的鼻子、额头和下巴上。

15.寻宝大行动

参加人员：集体

16.顶气球比赛

道具：气球一个、绳子一条

参加人员：两组对抗(每组一般为3人到7人)

游戏规则：游戏开始前先把绳子沿场地的正中间拉开(像网球网一样)，然后双方排开用头顶球，哪方先落地为输，双方轮流发球。体现配合能力和竞争能力。(注意只能用头，不能用身体的其它部位)

17.五毛和一块

道具：不需要;

场地：稍微宽敞一点就可以，没有特别要求;

人数：10几个人就可以，人多些更好玩的

人员：一定要有男有女，比例不限

裁判：一名，负责发号司令

规则如下：

在游戏中，男生就是一块钱，女生则是五毛钱。

游戏开始前，大家全站在一起，裁判站边上。裁判宣布游戏开始，并喊出一个钱数(比如3块5、6块或8快5这样的)，裁判一旦喊出钱数，游戏中的人就要在最短的时间内组成那个数的小团队，打比方说喊出的是3块5，那就需要三男一女或七女或一男五女之类的小团队。请记住动作要快，因为资源是有限的，人员也很少有机会能平均分配，所以动作慢的同志可能会因为少几块或几毛钱而惨败，所以该出手时就出手，看见五毛(mm)先下手为强;当然动作快的人员不要一味的拉人，有可能裁判叫的是3块5，但你们团队里已经变成5块了，这时候你就需要踢人了，该狠心时就狠心，一般被无情踹出去的都是可怜的一块。

游戏要领：反应要快，裁判一说出来钱数，就要立刻知道分别由几男几女的团队可以达到要求;动作也要快，抢五毛和踢一块都要又快又狠。

18.当我们同在一起(配歌)

参与者围成一圈，间距两臂，面朝中央，侧平举双臂。每个人右掌朝下叠放右者之左掌，而左掌朝上。右手随音乐做六节拍拍打动作，拍打位置分别为1、右手者之左掌;2、自己之右膝盖;3、左膝盖;4、左手背;5、6、左手心。循环往复且节奏越来越快。

19.耳语传真

将人员分成两列，分别对列头兵耳语一句话，不让其他人听见，要求照此往下传，有列尾者报出结果，看两列队伍哪个保真度更高，以次结胜负。

20.一只青蛙

参与者围成一圈，面朝中央。主持人念“一”，顺时针下一位念“只”，再“青”再“蛙”再“跳”再“进”再“水”再“中”再“咚”;接着“两只青蛙跳进水中咚咚”……依此类推，跟不上节奏或出错者罚节目。

**骑行活动方案篇四**

一、活动引言：

伴随着秋天的到来，郑州的风也越来越大，而这也给广大骑自行车的同学带来了烦恼，本来放得好好的自行车却在大风中摇摇晃晃，直至倒在（.）地上。这不仅给自行车带来了损伤，也造成了校园形象的不美观，甚至造成了道路的拥挤，倒在地上的自行车占用了大量的空间，使本来就不多余的空间有大大的减少，又会给同学们的行走带来不便。为此，我班同学想把倒在地上的自行车扶起来，这样以来，一则可以很好的规划一下自行车的摆放方式，使自行车能够整齐的停放在那里，既美观又节省下来了大量的空间；二则可以方便同学们的行走，从而使同学们节省下来了大量的时间。

二、活动目的：

通过这个活动，可以培养同学们对公益事业的热情和责任心，使同学们具备良好的社会公德，养成乐于助人的好习惯，成为当代有知识，有文化，有道德，有素质的合格的大学生。通过扶自行车这一个简单的动作，可以培养同学们的耐性，对工作的认真负责的态度，更重要的是，可以使校园形象变得美观，使一排排整齐摆放的自行车成为校园中的一道亮丽的风景线，提升校园的整体形象，同时还可以摆放更多的自行车。这一道亮丽的风景线可以使同学们在经历了繁忙的学习、工作之后，感觉到舒适与快乐，使同学们每天都能有一个好心情，从而更好的投身于工作和学习。

三、活动主题：

热心扶车，服务他人，提升自己。

四、活动时间：

20xx年xx月xx日中午

五、活动地点：

第二生活区宿舍楼下

六、活动策划组织者：

83班班长、团支书、组织委员

七、活动对象：

83班全体同学

八、活动流程：

（1）由班长和组织委员先对自行车被风刮倒现象的严重程度进行调查，对几个宿舍楼下的情况分别进行统计，根据每个宿舍楼下的严重情况来派遣不同数量的同学。

（2）由团支书对中午时同学们的活动情况进行调查，选定同学们都已吃完饭回宿舍楼休息的时候进行活动。

（3）由班长宣读活动前的注意事项，告诉同学们一定注意安全，并且在活动时动作一定要轻，不能影响其他同学们的正常休息。

（4）将全班同学兵分三路，由班长、团支书、组织委员各率领一个小组进行活动，小组内其他同学的一切活动都听从于小组负责人。

（5）在扶自行车的时候，尽量两人一组，相互配合，并且按照一定的顺序进行，不能毫无秩序地进行乱扶。

（6）在活动进行完之后，一定要轻声有序地撤离，不要把刚扶好的自行车又给碰倒了，并且还要保证不能影响到其他同学的正常休息。

九、活动预算：

（略）

（总队联谊部长，本次活动带队队长）

报名方式：发手机信息或qq信息

联系方式：xx。

**骑行活动方案篇五**

活动主题：

思维改变现实，双手创造奇迹

活动目的：

发散思维，锻炼我们的动手能力并且体会奇迹不是遥远的目的地，只在我们的足下。

主办单位:

温州大学机电工程学院

承办单位：

机械乐园社团

活动对象：

温州大学机电工程学院学生由学生自行配合3-5人一组

活动负责人员：

温州大学机电工程学院机械乐园社团

活动前期：

准备时期：

1.大赛的负责人员的安排；

3.由外联部负责场地的申请及在比赛前两天邀请指导老师

4.由财务部负责布置场地及一些活动用品的购买

报名时间：待定

报名方式：学生自由组队3-5人一组由各班级科技委员统一上交表格给活动负责人

比赛时间：待定

比赛地点：待定

比赛形式：选手充分发挥创造力，设想改装废旧自行车，并勾勒出一个具有可行性、有创新的设计作品。要求绘画出产品的大概构造，不要求精确，可以是电脑绘图和手绘草稿。

评选方式：由机械乐园负责人邀请本学院的老师对选手的产品进行答辩与打分。

审核方式如下：（由指导老师决定）

参考：

1.对废旧自行车的利用程度占20%；

2.设计创新占40%；

3.实际的可行性占20%；

4.作品实用性占20%。

活动中期

1.选手们在\_\_时到比赛地点进行抽签，做好介绍作品的准备；

2.各组按照抽签抽到的顺序介绍自己的作品

4.老师根据实际情况对参赛选手的作品进行打分；

5.由比赛的评委老师对此次比赛进行一个总结，并发表他们对此次比赛的看发与寄托。

活动后期

1.秘书部对各作品的打分情况进行汇总，再由老师与协会的负责人对作品进行评比；

2.宣传部对比赛的结果进行公示，并回收张贴的海报等宣传物品；

3.召集获奖人员对其进行颁奖仪式并拍照留念；

4.新闻网络部写好活动的通讯，并发布到网站。

奖项设置：一等奖一名，奖金300元和证书；

二等奖一名，奖金200元和证书；

三等奖一名，奖金100元和证书；

最佳创意奖一名，奖金50元和证书。

**骑行活动方案篇六**

一、活动背景：

五月五，端午情。为继承和发扬民族优秀传统文化，红牛饮料携手汉中市自行车协会、骑行天下俱乐部，骓驰自行车，向汉中市民送上节日祝福，弘扬中华传统文化，倡导健康生活方式，丰富群众文化生活。

二、活动主题：

情系端午·

绿色出行

三、活动目的：

弘扬传统文化，宣传绿色出行，提倡健康环保的生活方式。围绕“情系端午·

绿色出行”的核心主题，通过开展地方民俗表演、自行车环城骑行活动，倡导“绿色出行”，引导市民热爱生活、关注健康、关心城市、保护环境，提高人们对生活环境和健康生活方式的关注，丰富节日文化，努力实现“中国梦”

四、活动主办单位：

汉中市汉台区自行车运动协会

红牛维他命饮料有限公司

五.协办单位：

骓驰自行车汉中旗舰店

汉中骑行天下自行车俱乐部

六、活动时间、集合地点：

集合时间：201x年6月12日(农历端午节当天)上午9点—12点

集合地点：桥北广场东侧

七、活动对象：

汉中市自行车协会会员、骑行天下会员、所有喜欢自行车运动的.户外爱好者

八、骑行线路：

桥北广场(起点)---滨江路---益州路---三号桥---大河坎滨江路---银沟桥小区---惠丰北路----南郑大道----高速转盘----龙岗西路----龙岗大桥----滨江西路---桥北广场(返回起点)

九、活动流程安排：

1.汉中民俗节目表演

1)花样太极拳

2)四十二式太极剑

3)拂尘剑

4)四十二式太极拳

5)老年舞蹈《走进春天》

2、主持人宣布活动开始、介绍嘉宾

3.主办方领导介绍此次活动背景、活动安排。

6.宣布骑行开始

8.骑行开始

9.12：00回到广场抽奖

现场抽大奖：

一等奖(5名)车载吸尘器(价值300元以上)

二等奖(5名)运动水壶(价值120元)

三等奖(10名)

四等奖(30名)

凡参与者奉送红牛饮料2听

十一、活动经费来源：

1、红牛维他命饮料有限公司

2、骓驰自行车汉中旗舰店

十二、注意事项

本次活动不同于其它赛事活动，不要求速度，目的旨在宣传和展示，希望所有的参与者都能体现单车人良好的精神风貌，优秀的个人素质，精诚团结的团队精神。

2、出发骑行为第一排先行，后面的每数1、2再骑行出发;

3、保持步行速度骑行，后排不能超越前排;

4、骑行过程中如果自行车有故障，请骑者按原路线推车保持队列行进;

5、请各位车友骑行往返途中一定注意安全;遵守交通规则。

6、请大家确保自身安全，听从指挥员和秩序维护员的指挥。

7、请勿携带贵重物品，以免路上不小心丢失。

8、年龄小的志愿者须在家长的带领下参与活动，确保安全。

**骑行活动方案篇七**

骑行是一种健康自然的运动旅游方式 ，能充分享受旅行过程之美 。下面是小编收集整理的骑行活动的策划方案，希望对您有所帮助!

我们都正在进行着。生活也一样在时间的轨道上盛放开来。大家都在说，体验生活，在于享受生活的过程;感悟生活，在于畅想生活的未来。我们不能只有想象，而更多的是需要去体验，去参与。“实践是检验真理的唯一标准!”这是我们改革开放总设计师的伟大论点。其对生活来说，实践也是完善人生最好的途径。人们常说：读万卷书，行万里路。就是倡导学习要与实践相结合。

在某个论坛的贴子里面，那些如英雄般的背影，独自骑着自行车，纵情在广袤的美丽山水之间，真是羡刹了我们这些只能坐电脑边看看贴子的人们，大家都幻想着有朝的某一日，我也要像他们一样，去游历一下山山水水，体验一下各方的风土人情，品尝一下世间的美味佳肴……我们有太多这样的想法，却都只在生存的现实中挤成了一个个不能兑现的肥皂泡泡，飘散在你为生活而忙碌的背影后面，悄无声息的破裂了。

驾着四个轮子的出游，或许我和你没有这样多的money作支持;若是骑着二个轮子，屁股上冒着co2地出游，或许你应该为环保作点努力;于是我们选择这样一个既省钱又环保的出游方式，同时还能强健你的体魄，让你能更亲近自然山水的方式，对你我来说，可能更具操作性，更能够释放你内心中那跳动的激情。

行知天下爱满人间

主题释义：“读万卷书,行万里路”是我们中国人提倡的一种求知模式，亦是提高自我修养的途径。

中国文化是我们每一个中国人所共同拥有的精神财富，而更为丰富的是我们历史悠久的民间文化。在很多时候，我们都无法全面地了解这种民间文化的全貌，也无法体验到这种文化所带给我们的震撼。因此，我们带着求知的心态，以传播爱心的目的出发，汇成我们这样一个活动的主题。

1、增知长识：通过这样的骑行活动，亲身体验中国深厚的.多姿多彩的民间传统文化，包括文学典故、服饰、舞蹈、传统工艺、民间建筑特色等。同时体验不同地区的风土人情、民俗习惯、地方特产等，同时品尝大江南北的美味菜肴等。

2、体验生活：这样的活动，才能真正让你接触到中国老百姓的真实生活。生活在城市的你，你是否应该去看看老百姓是什么样生活状态?生活忙碌的你，你是否能抽出点时间，去看看美丽的大好河山?不要等自己老了，你才发现那么多美好的事物，你都还没有去体验过。

3、锻炼身体：你是不是因为工作，而睡不着觉?你是不是为了生活，吃餐饭象完成任务一样?你是不是为怕感冒，而吃着那些包装象糖果一样的毒药……身体是革命的本钱!你没有了这身体的本钱，你所有的努力都是一场空。如果能抽点时间，来参加这样的活动，你一辈子都是不能忘却的记忆、受益终身的精神财富。

4、传递爱心：帮助需要帮助的人，你会获得更多的快乐。这是一个勿用质疑的真理。这个帮助不一定非要是用金钱，同样也可以通过你独特的个人方式来得以实现。

5、宣传环保：我们不能仅仅是为了图个好玩而活动，作为社会的一份子，我们有理由，更有责任来尽到这样的一个义务。环保问题就是关乎着你们生活的重大说问题，也是我们发展所不可回避的问题，更是关乎着我们子孙后代的生存问题。

1、在活动中丰富自己的知识，开阔眼界，强健体魄，学会沟通，相互帮助，识交天下朋友。

2、在体验生活的同时，帮助需要帮助的人们，传递无限的爱心，分享快乐。

3、在娱乐中肩负环保宣传活动，将环保意识深入到社会的每一个角落。

4、心情享受自然带给你的乐趣，释放生活中的压力。

5、锻炼独自面对社会环境生活的能力，增强自己的信心，磨练自己意志，激发更大的创造力。

本次活动的主要内容分四个部分。一是骑行;二是了解所到之地的文化与特产;三是了解所到之地的特困小学生情况。四是在所到之地做一次与环保有关的活动。

1、骑行。故名思义就是骑着我们装备好的自行车踏遍祖国的山山水水。这一过程充满快乐和刺激的，同时也是最辛苦、最考验体能的运动。因此对骑行者就有一定要求。(具体要求见活动团队的形成)

在骑行的过程中，需要做的是哪些事?

第一条：注意骑行的安全。

第二条：正确的前进路线，不能绕弯路。

第三条：选择恰当合适的休息地点，进行休整与拍照摄像记录。

第四条：骑行时间的控制。到达一个目的地的时间控制。

2、了解所到之地的文化与特产。

到达目的地后所要做的一些事情：

第一：联络所在地的骑行爱好者或相关的俱乐部成员。找地方寄宿和解决肚子的问题。若有可能，可考虑露营。露营的条件将单独列出。

必做工作：拍照、摄像留影。

第二：尽可能最大程度地了解当地的文化与一些特产，方式可通过与当地居民的交谈来取得。

团队在目的地，进行分组行动。

需要掌握和取得的内容：城市面貌、人们的生活水平、地形地貌、旅馆、文化古迹、建筑物、特色活动、特产等内容。

必做工作：拍照、摄像留影

有选择性的了解所到之地的特困小学生情况。做好统计，以期为后续社会提供条件。以县城为单位。

第一：尽可能了解当地的教育状况，如果有可能的话，对当地特困生做一些了解。

第二：尽可能地记录一些当地的特困小学生的家庭情况。

3、 有选择性的所到之地做一次与环保有关的活动。以县城为单位。

第一：如果是借宿在当地居民家庭中的，就尽可能地向所在有居民家中传授一些环保知识。(家庭环保知识，请见附件。)

第二：如果条件成熟，选择某个县城的环保机构，联合搞一次家庭的环保知识的讲座。(这个可选择性地去做)

(一)路线设计(略)

(二)进行方式：

a、连续骑行，即指完全有意志力的，且有真正相同爱好的朋友，来坚持实施的骑行方式。

b、接力骑行：即指由起点的骑行爱好者，将骑行的标识物传递到下一站的骑行爱好者的手中，再由这一站传递至下一站，以此类推。这样就由每一个站点的骑行者爱好者，连接起来，完成我们的活动目标。

此种方式，不能很好地进行社会活动的推广。

c、连续骑行与接力骑行同时进行。由连续骑行者为核心领队，由接力骑行者组合成队，真正形式一个骑行队伍，可大力进行环保宣传活动。

(三)交换联系方式：在每一个站点，希望能有骑行爱好的支持与参与，并进行联络方式的交换，以可成就一个真正骑行爱好者的俱乐部。

略(根据实际情况定)

(一)活动团队的形成：

b、由有坚强意志力和毅力，有志挑战生存压力，有独立生存意识，能互帮互助，格性热情开朗的年轻人。受到一点挫折或困难就要打退堂鼓或哭鼻子流眼泪的朋友，建议还是不要参加的好。

c、真正骑行爱好的，并钟情于中国山水的朋友。不要只凭一时冲动，好玩的劲，就来报名参加的，一律不欢迎。

d、完全自愿参加的。

(二)队员要求：

a、性别不限，当然更欢迎有这样毅力的女孩子参加。这样可让我们旅途生活更充满活力与快乐。

b、婚否不限，无论你是成家或单身，只要你能具备有以上的条件的都可以成为我们的队员。你若是单身朋友，或许在旅途中能给带来意想不到人生机缘，敬请你来把握。

c、身体体能要求：只要不是病秧子，欢迎!

(三)人员的分工安排与职责

在连续骑行队中，征5-7个队员为核心骑行队员。

骑行队长一名，负责指挥队伍行程的所有工作。

助理二名：一个负责出行前的检查工作;一个负责到达站点的整理工作。

旅途联络员二名：一名负责资料的收集整理并在站点处的联络工作;另一名负责吃住行的后勤工作。

特别队员二名：一个负责全程拍照摄像工作;另个一名负责行程的记录工作。并作临时机动。

接力骑行队员：若干名。

(队员的具体分工，还有待活动确立之后，有更明确细致的条件列出)

(四)组织形式 本着完全自愿参与，但必须遵守相关条约与活动的安排，并听从队长的指挥工作，少数服从多数人的意见为前提。

(一)出发前的准备a、自行车，维修工具和备件b、个人用品及雨具

c、钱和粮

d、拍照摄像

(二)装备要求

a、自行车品牌：首选捷安特。当然还有很多品牌啦~~依个人喜欢。

b、个人用品：衣物、袋子、眼镜、手套、打火机……

c、数码相机、vd摄像机、手机、充电器等

(三)相关资料

a、地图、天气、时间

b、通讯

c、家庭环保资料

(四)活动标识略

略

1、 每一次出发前必须要做的功课：

如：下一站前进的线路、地点、行程与时间估算;住宿;天气;地形;方向等。

2、 每一次到达站点时所必须做的功课：

如：要添置的物品?需要维修的部件?骑行日志记录;队员的合作与分工等。

3、 在骑行途中，每一个队员要做到的几件事情：

如：安全;线路，中途休息与记录等。

(以上几条，在活动真正实施时，将会有更详细的内容列出来，并会召开专门的出行会议。)

1. 在整个旅途中，注意人身、财产安全，是重中之重;

2. 每一站都必需做好事前准备工作，做好与当地的骑行联络，以及政府有关单位(如民政、环保、旅游等)事前沟通，尽量避免一些不必要的麻烦。

3. 如若有企业赞助，其财务必须有专人负责，统筹统支，账目要清晰。

4. 图片、文字资料也应有专人负责，以做到资料完整全面。个人行为的话，基本原则上aa制。

5. 需备有急救箱及各种必备药品，可备伤病之用。

6. 如果有露营，需备有睡袋。并轮流值班，篝火不灭，可保证夜间安全。

7. 搭帐篷所需材料准备充分，保证其安全性。

8. 在可能的情况下，每一位参加者购买了一份意外保险，以防万一。

9. 参加活动的朋友，最好征得家人的同意与支持，并相互留有通讯录。

10. 每个参加者都要有一部手机，并确保畅通联络。

11. 每一位参加者要本着主动体检，自愿参加的原则。请参加者正确评估自身素质和活动存在的危险性。骑行队长只承担骑行领队义务不对活动过程发生的意外事件负责。

12. 保护生态，注意环境卫生，是每一个队员所必须遵守的。所有杂物和垃圾一定要带到指定区域;骑行队长行使管理权，充分尊重骑行队员的技术建议与意见，参加人员必须服从领队和指挥，不得擅自离开团队。

13. 如果天气恶劣或特殊因素，为保障安全，活动必须延期或改变路线;

14. 本活动参加人员视为接受以上协议和对活动注意事项认可;活动发布、变更、解释权归本次活动的组织者。由组织者发布，其他人发布消息无效。

15. 活动相关协议。活动组织者(甲方)与参加者(乙方)签订协议书。

16. 户外活动是集体性活动，制定有严格纪律且遵守道德的制度和公约，是保障每一个队员利益，同时有利于活动的顺利进行。如：出发前一天，主办方召开线路、安全、装备使用说明会。

17.相互合作，互帮互助是每一个队员所必须具备的品质。每一个队员秉持循序渐进、留有余地、自我照顾、团队协作。这样才会，你的朋友真正遍天下!

**骑行活动方案篇八**

活动主题：

趣味自行车拆装大赛

活动目的：

渤海大学自行车协会主要以户外自行车运动为主，为了让队员对自行车有更深入的了解，让大家在比赛中学习拆装车的技能，体会拆装车的乐趣。

活动意义：

举办单位：

渤海大学自行车协会文体实践部

参赛人员：

渤海大学自行车协会女队员

活动时间：

\_\_年4月17日

活动地点：

渤海大学自行车协会车库

活动过程：

本次比赛以个人为单位进行。比赛时为每名选手提供一辆自行车、一把扳子。当裁判员宣布”开始”时比赛开始，计时员开始计时。当选手拆车完毕后，需示意裁判，裁判检查后再组装;当组装完毕后需示意裁判，裁判确定组装合格后，比赛结束，计时停止。最后统计各选手整个拆装车过程的时间，用时短者为胜，取前五名。比赛评出一等奖一名、二等奖二名、三等奖二名。比赛结束后由文体实践部长苏晓强颁发神秘大奖。

经费预算：

一、二、三等奖所需小礼品

渤海大学自行车协会

\_\_年4月

**骑行活动方案篇九**

为进一步巩固创卫成果，倡导低碳环保的生活方式，积极营造全民践行生态的良好社会氛围，唤起更多人对敦化市环境的保护，提高人民群众的身体素质，团市委特举办“巩固创卫成果、倡导绿色出行”自行车骑行活动。现将活动具体事项通知如下：

一、活动主题：

巩固创卫成果，倡导绿色出行。

二、活动目的：

倡导广大市民自觉珍惜创卫成果，倡导低碳出行、绿色出行、文明出行、健康出行。

三、活动组织

主办单位：共青团敦化市委

协办单位：市文明办、市公安局(交警大队)、自行车骑行协会

四、活动对象

全市自行车爱好者(不分男女)、各团(队)组织负责人。

五、活动安排

集合地点：敦化市北山广场(纪念碑台阶下)。

集合时间：2024年5月4日上午8：00。

出发时间：2024年5月4日上午8：30。

骑行路线：自启动仪式地北山公园出发，沿敖东大街南行，到翰章广场沿六顶山路南行到六顶山管委会门前(旅游区大门)结束。

六、活动要求

1.本次骑行活动约100人，领队的前约30名为自行车骑行协会会员。

2.活动当日上午7：30点工作人员、领队准时到位开展工作，在维持现场秩序等工作中注意文明礼貌。

3.参加活动者需自备自行车，活动途中遵守秩序，听从领队指挥，注意安全。

4.活动中保持中速行驶，不准在路上表演车技，或同他人赛车，途径十字路口或车流量大的路段时，应放慢车速，文明行车，服从交警指挥，遵守交通规则。

5.遇到严重堵车，或者事故路段，非机动车道被严重占用等路段时，应下车有组织的推行通过。

6.沿途行驶中不准喊口号，听从工作人员指挥，车辆摆放整齐有序。

七、应急预案

1.若遇到雷雨天气及特殊情况，活动取消，顺延至天气条件允许。

2.参加骑行活动的人员如遇到低血糖、中暑、擦伤等状况，及时与街道随行工作人员联系，就近提供少量糖、创可贴等物品。

八、注意事项

1.工作人员必须维持好现场秩序，防止混乱和意外发生。

2.活动参加者自行准备个人装备：头盔、手套等护具。出发前请自行检查好车辆的刹车、轮胎、变速系统等，确保车辆适合骑行。车辆存在安全隐患的车友请与工作人员联系及早排除以确保活动顺利进行。

3.骑行过程中希望大家团结互助，遵守骑行交通规则，靠马路右侧纵队排列骑行(不超过领队)。请服从领队及工作人员的指挥和安排，若中途有故障无法骑行请与领队联系，不得超速嬉闹，尽量减少中途停车等人、找人的情况，确保行车安全。

九、免责协议

此次活动参加者理解参加自行车户外动动相关的风险，并视为愿意承担由于选择了参加户外动动而随之来的全部责任风险。

**骑行活动方案篇十**

用镜头记录公益，与动物共享关爱——“爱在骑行中”骑行活动

二、 活动时间

年 月 日至年 月 日

三、 活动背景

为庆祝动物们一年一度的节日——“世界动物日”，地理与环境学院学生会宣传部与青协联合于今年4月隆重推出了“用镜头记录公益——我和它 共享爱”微摄影大赛，本活动以新浪微博为平台，将吸引大量关爱动物的同学们积极参与，并在线发表作品以及留言支持。以独特的视角展现师大的人文情怀，以细腻的镜头刻画主题记录我们的青春生活，共同宣传“关爱动物，善待生命”。

四、活动目标

我们希望能通过“骑行”这样一种积极健康的形式来推广动物保护工作，并以一种较为创新的方式来庆祝年世界动物日。庆祝“世界动物日”，一起向更多公众宣传“关爱动物，善待生命”的理念。通过“摄影”这个全世界共通的语言与方式，呼吁更多的人从身边做起，关心善待动物，不要伤害它们，因为它们是我们的朋友！一辆自行车一幅海报，既简单又环保，边骑车，边宣传关爱小动物的知识，让更多的普通公众加入到行动中来，一起为动物保护贡献力量。

五、活动对象

江西师范大学在校大学生。

六、活动前期

宣传，宣传部通过微博平台发布活动信息，文化部和各班班长，文艺委员在班上作活动宣传。

七、 具体活动流程策划

1、骑行：由宣传部和青协组织“关爱动物 骑乐无穷”骑行活动并对沿途进行动物拍摄和宣传。

2、作品收集：3月 日宣传部将同学们的作品进行整理，统计人数并记录所有参加活动的名单。

3、作品评选：3月 日至 月 日，宣传部和青协将会对上交的作品评选出10份优秀作品，通过微博平台让同学投票评选出最终奖项。届时，请同学指定投票时间内进入“江西师范大学地理与环境学院”微博主页，通过点赞的形式投票。

4、投票结果整理：文化部在投票截止时间后记录各个作品的点赞数，评出各个奖项。

5、宣布评选结果：评选结果将会于4月 日下午之前以飞信方式发到各班班长上，请各班班长届时留意；同时宣传部也将会把评选结果上传到学院官方微博上。

6、颁奖：向获奖的同学颁发奖状和礼品。

7、作品展示：宣传部负责将评选结果和优秀作品上传到学院官方微博上进行展示。

八、奖项设置

本次活动将评出:

一等奖 1名

二等奖 2名

三等奖 3名

优秀奖 多名

将颁发荣誉证书以资鼓励。

九、预算（约80元）

项目

用途

合计

奖状

颁奖

10元

奖品

颁奖

70元

十、注意事项：

1、相关宣传人员宣传时注意告知同学们活动报名截止日期、作品要求。

2、网络投票时间我们将会在前一天通知到各个班上，希望各班同学能够积极投票。

3、一切行动听指挥，本次活动重点是欢迎守纪律及有责任心骑行爱好者的加入，本次骑行活动，所有报名者必须都准时到达集合地点，按时按点出发，不迟到。报名后有急事不能参加者，需提前与活动负责人联系。如受特殊天气等不可抗拒因素影响，组织方有权取消此次活动（望大家结合自身身体情况参与活动，活动以“人生安全”为第一前提）。

十一、道具

1、个人必备品：自行车（电瓶车也可）。通讯设备：手机（届时将统计整理参与组员手机号形成通讯录方便大家相互照应以及日后交流）。请组员每人携带简易的午餐和足量的饮用水。

2、其它个人备选装备（非必须）：骑行头盔、骑行手套、防风骑行眼镜（太阳镜亦可）、置物包。

（以上物品及设备由参与者自己提供）

3、集体装备：

1) 30张“从身边做起，关爱动物我行动！”海报。

2)用于征集签名的红色“从身边做起，关爱动物我行动！”签名布。

3) 宣传单张若干份。（主题包括：“做负责任的猫狗主人”、“如何与小动物友好相处”、“为了你的健康，请不要食用猫狗”等）

4)“关爱动物”系列贴纸30套。

5)药品：创可贴、止痛杀菌喷剂等（组织方准备）

4、详情可致电或咨询。

江西师范大学地理与环境学院团委学生会

年3月15日

**骑行活动方案篇十一**

一、活动时间

20xx年4月20日上午8:00——17:30

二、活动地点大寒宫

三、活动主题

“骑游大寒宫，寻觅未来城”

四、活动目的

1.本月以健康为主题，佳田未来城倡导健康生活，特举办绿色骑行活动，宣传健康生活理念，从而扩大项目的知名度，树立良好的口碑。

2.绿色骑行活动联合媒体网络资源，扩大本次活动的宣传，旨在形成规模，制造影响，提高项目来电来访量。

五、活动对象

新老客户、图腾国际骑行俱乐部会员、新浪网友、腾讯网友、中原楼市网网友参与方式：

通过单页、短信、网站等途径将报名信息发布出去，一律带身份证到售楼部确认报名、填写无责声明、抽奖券并领取骑行小知识单页和礼品（t恤一件、头巾一个）。（报名人数限制为90人、图腾俱乐部14人、工作人员3人、媒体3人合计110人）报名方式：

1、售楼部现场报名；

2、网站报名：新浪网、腾讯网、中原楼市网网友交流群发布信息；

3、图腾俱乐部报名；

报名日期：4.11-4.17

报名条件：

1、参加活动自行车自备，最好选择山地车参与活动；

3、身体健康、能骑完全程附报名表骑行活动报名确认表

六、活动概要

1、4.8-4.19，活动宣传、物料准备

2、4.20上午8:30由佳田未来城售楼处骑行约一个半小时至大寒宫游玩，中午一起野外做饭，饭后休息自由活动。2:30集合准备返程。

3、4.21，活动后期宣传

七、活动组织

主办方：安阳佳田实业有限公司

协办方：图腾国际骑行俱乐部、新浪网、腾讯网、中原楼市网

合作方式：新浪网、腾讯网、中原楼市网负责宣传活动和组织网友报名，图腾国际骑行俱乐部负责全程指导、组织报名、以及午餐的制作等事项。

图腾俱乐部人员配置：10名骑行人员，2名司机，1名维修人员,1名厨师。

八、活动前工作排期

九、活动流程

十、物料准备

十一、推广排期：

十二、经费预算

十三、其他事项

1、合作组织具体工作内容

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