做领队，最怕认真二字，无论是主领还是副领，无论是第一次接锅还是第十次接锅，保

持初心，一以贯之。同样的，对待每一个队员，无论是老狗还是萌新，一视同仁，处乱

不惊，果敢坚毅。我认为以上，就是一个领队最重要的素质。当然，这里的一视同仁，

不是说不能让没有积分的老狗临时上车，主要指的是拉练过程中一视同仁。比如这次拉

练请回了楼主，这就是给队员的一个很大的惊喜。

我的接锅其实是没有太大准备的，本来就是随口一说，但是既然决定接了，而且还是主

领，你就要对协会，对你带的30多个人，对报名的100多个人的体验负责。大家选择报名

，选择来你这次拉练，花了这么多的时间，是对协会招牌的信任，也是对你的信任。你

得上点心，拿出点专注度来，是这个理儿不。

我这次是龙井河，首先肯定是联系老蔡。你可以多问问之前去龙井河的主领，沟通沟通

。协会的大部分拉练基地都很成熟了，我综合了之前三次龙井河的路线，再清明实地探

路之后，确定路线如下：

第一天轻装从老蔡家出发，走瀑布小环线，去了龙门樽和龙王跳两个瀑布再原路返回（

瀑布已经开发成景区，不能从正门出来走环线，否则要收门票。我们是后面小路进小路

出）。预计5个多小时，16:00左右就应该能回来。瀑布可以稍微多玩一会，还可以给考

察组多留一点考察时间。前两次龙井河原计划走瀑布都没走成，所以这次干脆先走，让

大家适应一下拉练节奏，为第二天重装做准备。

第二天从老蔡家重装出发，经老庙湾、好汉坡上多云尖（多云寺），然后下到马家河十

二队（又说十队），再走两个小时公路到马家河五队（又说四队）宿营【注：所有的几

队几队由公路连接】，预计行程长达12h，有点虐，这是考虑到五一的白天已经很长了，

日落要七点之后，所以最后天黑走一小段公路也不怕。尽管这样，早上营地还是一定要

提高效率，特别是公共装备分发和绑锅这两件事，是最影响早上的效率的，公共装备前

一天晚上一定要分好，分到各个组去。绑锅一定要多练。我们原计划5点起床，争取6点

半出发，我已经再三强调早上的效率了，但最后打脸严重，早上花了2个半小时，7点半

才出发。上一次我带副领的龙井河也是，早上花了两个多小时，公共装备分配老是出问

题，锅绑了好几遍。最后我们路上赶了一下，还算给力，晚上7点天黑准时到了，没走夜

路。甚至事实证明，如果我们真的早上6点半能出发，我们到了多云尖过后还能冲击白马

尖（2个多小时），从白马尖再下山。那样更虐一点，他们之前也走下来过，晚上6点多

出山，8点多到营地，公路都是走的夜路。一定要保证天黑前出山，不要没有把握的情况

下贸然冲白马尖。

第三天轻装走狼牙谷，先下到许愿潭那边拍个照，从风景水电站出来，上绝望公路。可

以在绝望公路上带大家唱歌，到水电站的时候记得让行军发晕车药。这次队伍有女生对

河谷路段有心理阴影，第三天走的非常慢。当然，第三天扶那个女生过河谷的男生最后

和她在一起了，这是后话。

路线规划大概就是这样，讲一讲我清明私约探路的经历吧。能安排的话，尽量探路的向

导和实际拉练的向导是同一个，不同向导有时候走出来的路都不是很一样，你对路线的

规划可能就会有偏差。私约探路最麻烦的还是交通问题，因为没有包车那么方便了，得

倒腾好多次车。龙井河因为我们认识老蔡，可以让老蔡帮忙安排，会好很多。

去的时候可以自己先公共交通上霍山，然后让老蔡给你安排车接上去，也可以直接让老

蔡安排出租车到科大门口来接你，接到霍山之后再转他安排的其他车。他找的出租从科

大到霍山是60一个人。这次比较麻烦的是到了霍山县城之后，他安排的面包车有问题，

七座车塞了15个人进去，我们肯定不敢坐，最后直接打车上山花了230

假期尽量还是早点出门，来科大接的出租9点才来，我们前前后后换车堵了6个多小时才

到，以至于第一天探路瀑布差点没走完。

私约的话住他家100一晚（宾馆，条件还不错），也可以在他家自己搭帐篷，那他就不收

钱了嘛，我们团队在老蔡家搭帐篷他都不收营地费。

回来的话，山下黄尾有早上6点回科大的大巴车，甚至到了科大能赶上三四节课。五点有

山上的面包车送下去，这样的话四点半就要起。或者也可以在他家找顺风车搭车回来，

那就自己联系了。

最后的最后，很多小钱分摊到每个人头上根本不算什么，不要在外面太抠了，超过300就

超过300一个人呗，最多一开始收个350最后再退嘛。

这是我第一次主领，我觉得领队组打90分，队员体验100分。最后一顿饭，我们在老火从

6点半一直吃到9点老火打烊催我们走（功劳汤该说的话都在车上说了，我是很反对功劳

汤的，所以没有安排功劳汤）。每个人都在完全自发地分享自己的拉练心路历程，非常

感人，气氛极度热烈，领队组甚至没有对此做引导。大家最后真的已经互相当兄弟了，

而且脱单了两对。很多萌新都表示要留下来，以后一定会继续参加拉练，并且以实际行

动加入了后面的拉练，为6月份的拉练补了一拨人。我们的一人一语，是所有拉练里写的

最多最长的。我很骄傲。