

秋高气爽，正是登高望远好时节。“京蔚高速北京段最近通车了，自驾到京西爬山更方便了。”家住北京市朝阳区的陶先生告诉记者，自己是徒步、滑雪、速降等户外运动爱好者，经常和朋友结伴到门头沟区的妙峰山、灵山等地游玩，身边爱好户外运动的人也越来越多。

今年是“体育大年”，巴黎奥运会等赛事持续点燃人们的观赛热情，也带动更多人走向户外，享受运动的乐趣，探索新的旅游目的地。同程旅行数据显示，今年1月至7月，户外运动参与人数同比增长19%，户外骑行、徒步登山等运动休闲项目颇受欢迎。户外运动正在成为文旅新时尚。



游客在贵州省黔东南苗族侗族自治州施秉县杉木河景区漂流。  
唐桂宾摄（人民图片）

## 户外运动融入日常生活

随着健康生活理念深入人心，人们对强身健体、亲近自然的需求日益增长，参与徒步、骑行、跑步、露营等户外运动逐渐成为一种新的生活方式。去郊野公园徒步、在高草甸上玩飞盘、溯溪避暑等“户外+旅游”的玩法受到不少年轻人的欢迎。

美团等平台数据显示，今年以来，“骑行公园”“露营烧烤”等成为热门搜索词，“徒步”相关搜索量同比增长近100%，其中“徒步一日游”“爬山徒步”等关键词搜索量增幅超过400%。在一项面向户外运动爱好者的调查中，98.8%的受访者尝试过休闲类户外运动，骑行、徒步、登山是他们最常进行的户外运动。

轻量化、低门槛的户外运动人气十足，活动场景日益丰富。在社交平台上，“4+2”是颇为时尚的新玩法。所谓“4+2”，就是将四轮汽车和二轮自行车组合，在汽车顶部加装固定装置搭载自行车，或将自行车折叠后放入汽车后备箱，自驾后开始骑行。换个风景，换种心情，有网友评价这种玩法是“用四轮拓宽风景边界，用两轮深入发现美好”。

## 山水皆宜催生多种玩法

穿戴好安全绳等护具，利用钢扶手、脚踏等工具在悬崖峭壁上的钢丝绳、弹簧板上行进——在群山林立的张家界大峡谷景区，这种叫作“飞拉达”的攀岩体验项目火了。“今年暑假以来，体验‘飞拉达’的游客比去年同期增长1倍多。”景区相关负责人介绍，为丰富游客游山览水的体验，景区还推出了高空蹦极、滑索等户外项目。

在贵州，惊险刺激的漂流项目成为游客与山水互动的热门选择。今年暑期，“贵州漂流”相关视频在抖音平台上的播放量超过9.7亿次，游客在激流回旋的河道中乘坐皮艇顺流而下的画面，配上电视剧《西游记》的主题曲，被网友称为“实地体验唐僧师徒过天河”。“漂流过程中还能看到两岸的风景，全程下来很开心！”大学生吴若童被短视频“种草”，专门从重庆来到贵州省镇远县体验高过河漂流，与大自然的亲密接触让她畅爽不已。

近年来，高山、湖泊、大海、沙漠等“没有天花板的地方”为户外运动发展提供了广阔的空间，依托特色

参与户外运动渐成新时尚，更多游客选择——

# 『到没有天花板的地方去』

本报记者 朱金宜

自然景观推出户外运动旅游产品的地区越来越多。到万宁去冲浪、去中卫玩滑沙、在雨崩村徒步……许多不见经传的“小地方”在户外运动的带动下，变为具有辨识度的目的地。

## 体旅融合带动产业发展

目前，不少自然资源丰富的“公园



运动爱好者在江苏省南京市环岛江堤路上骑行，感受沿途绿色生态之美，乐享周末时光。  
方东旭摄（人民图片）



游客在海南省万宁市的日月湾海滨冲浪玩水。  
蒙钟德摄（人民图片）

省份”正在出台利好政策，推进户外运动与旅游深度融合，以徒步、骑行、汽车自驾、低空运动等项目串联景区、景点及度假区，让户外运动消费场景与乡村旅游、休闲农业等相互融合。

在云南，好山好水引来了马拉松、自行车节等赛事，汽摩、滑翔伞、桨板等户外运动成为新消费热点。云南正在打造滇西北“三江并流”山地户外运动区、中老铁路及滇越铁路沿线山地户外运动带，推动自驾游发展，打造32条精品自驾游线路和沿线汽车旅游营地，并探索三角翼、热气球等航空运动产品。

在四川阿坝，当地深度发掘四姑娘山的山峰、冰瀑等独特资源，推动四姑娘山从“山地观光”向“山地户外”转型，吸引徒步爱好者前来旅游度假，依托户外运动建设全业态山地

户外型世界旅游目的地，推动生态产品价值实现。

“山城”重庆也将户外运动产业从山城扩展到水域、空域、林域和城域，重点发展攀岩、徒步等26种运动项目，不断探索文体旅融合新玩法，推出三峡云端音乐夜跑等休闲活动和溪降、山地自行车等体育赛事，吸引更多市民和游客参与其中。

《户外运动产业发展规划（2022—2025年）》显示，我国目前参与户外运动人数已超过4亿。国家发改委会同体育总局等部门提出，到2025年，推动户外运动产业总规模达到3万亿元。户外运动与旅游的深度融合，将拉动多种消费需求，拓展各地将“绿水青山”转化为“金山银山”的路径，为文旅产业发展注入新的活力。

中秋假期，旅游市场再迎小高峰。飞猪数据显示，与端午假期相比，中秋假期的整体订单量明显更大，且中短距离游、前往省内城市或跨省邻近城市的“微度假”尤受游客欢迎，传统文化相关旅游产品成为文旅消费热点。

夜幕降临，人们穿过璀璨的“迎宾门”灯组，步入彩灯的世界。不远处，灯光环绕下的永定塔金碧辉煌，更添庄重。中秋假期，去北京园博园看灯，成为许多游客京郊夜游的选择。9月14日，2024年北京中秋国庆彩灯游园会在北京园博园开幕。大中型彩灯75组，彩灯挂件共10万件，此次“京彩灯会”既是北京迄今为止最大规模的灯会，也是时隔36年后，自贡灯会在北京的再度大规模亮相。据了解，灯会共设置节日欢歌、京彩大道、锦绣河山、京潮流彩、七彩童梦、大戏看北京、光耀中华、凤舞九天、京彩生活汇九大主题展区、200余组彩灯以及老字号、非遗、文创、餐饮美食等150余家特色商铺，游客可一边赏灯游园，一边品味美食、观赏表演、参与互动。此次灯会将持续至10月31日，不仅为北京夜经济增添新场景，也将成为西山永定河文化带上的又一品牌活动。

“一年月色最明夜”，这个假期，住“赏月酒店”、乘船夜游、逛古镇园林、看集市灯会等“中式”玩法涌现。马蜂窝数据显示，江苏南京秦淮河、山东烟台蓬莱阁、陕西西安大唐不夜城等充满传统文化韵味的景点被年轻人列入中秋赏月必打卡目的地。泛舟秦淮河赏月高悬，在蓬莱阁看“海上生明月”，去大唐不夜城身着汉服观灯等，成为年轻人喜爱的“有仪式感”的中秋玩法。

除了赏月相关的“时令性”文化游青睞，越来越多的常态化人文主题旅游产品也吸引着游客“用脚投票”。

2000多单、1000多万元，这是名为“了不起的村寨”产品自8月在飞猪平台上线以来的销售成绩。贵州趣游吧旅游服务有限公司总经理胡昌雄告诉记者，该产品源于“守寨人计划”。“贵州传统村落、少数民族特色村寨众多，如何更好地保护这些特色村寨文化？我们希望以旅行为载体，讲述贵州的村寨故事。”游客到当地旅游，通过与当地原住民、非遗传承人、手艺人、返乡创业青年等“守寨人”的交流，感受当地文化、生活。

## 国内首个极地邮轮品牌亮相

本报广州电（记者罗艾桦）冰山、极光、企鹅、北极熊……国内首个极地邮轮品牌——“66度探险”邮轮近日在广州市举办发布会。该邮轮品牌由广东旅控集团携手广东港航集团共同打造，旨在为中国游客提供高品质的极地旅行服务，也为全球极地探险注入新活力、提供新方式。

《中国国家地理杂志》社长兼总编辑、中国北极科学考察队原队长李桂科和中国长城站前站长、中国第38/39次南极考察队副领队徐宁表示，这是一次历史性的突破，中国终于拥有了自己的极地邮轮品牌。据了解，2023年前往南北极的中国游客数量较2019年增长180%，今年游客量同比增长20%。相比欧美客源市场，中国客源市场更多元化，除了银发族，家庭游客

和年轻人也开始尝试极地旅游。广东作为中国较早开启极地旅游的市场，拥有良好的客源市场基础，自去年出境团队游重启以来，包船量一直排在全国首位。

“南极更南，北极更北，一起相约在世界的尽头。”发布会上，广东旅控集团党委委员、副总经理罗乾国表示：“‘66度探险’邮轮品牌是集团推进国际化运营的重要一步，也是旅控集团旅行社板块战略转型、实现产业链延伸的重要一环，更是旅控集团推动混合所有制企业差异化管控模式、进行市场化体制机制创新的深入探索。”与会嘉宾还就“2024极地探险与环保”展开座谈，分享对中国市场的见解、未来期望及探险体验，为中国极地邮轮旅游可持续发展提供新思路。

## 北京推出夜游推荐榜单

60个项目为游客提供丰富选择

本报记者 赵珊

近日，北京市文化和旅游局推出2024年“月光下的北京”夜游推荐榜单，60个夜文旅项目为市民和游客提供了详尽而丰富的夜间文旅指南。

榜单全方位多角度展现北京夜间丰富的旅游资源，既有夜间开放的景区景点、公园、文创园、主题乐园，也有夜经济繁荣的特色休闲街区、特色市集，还有主题演出、游园会、灯光秀等。夜游、夜航、夜间观光巴士等城市慢游方式，也被列入推荐榜单。

八达岭长城、慕田峪长城、居庸关长城、司马台长城等长城景区开设了夜游服务，游客在欣赏长城美景的同时，还可观赏多种形式的演出。

游客在前门大街、南锣鼓巷等街区，不仅能感受特色的历史风貌，还可品咖啡、尝甜品、买文创，老街区成为“新网红”，焕发出新活力。

首钢园、798·751园区、北京海洋馆、光科技馆等运用5G、云计算、人工智能、虚拟现实等先进技术，打造沉浸式夜文旅空间，增强游客的参与感和体验感。

簋街、北京坊、五道营胡同等地在夜晚灯火通明、人声鼎沸，经过不断发展，从传统夜市到新型夜市再到商圈，“夜经济”业态不断丰富，逐步升级为“吃、住、行、游、购、娱”全链条服务，成为吸引更多市民和游客的网

红打卡地。

榜单中有北京环球度假区、北京欢乐谷等广受欢迎的主题公园，也有朝阳大悦城、华熙LIVE·五棵松等商业综合体和首创郎园等深受人们喜爱的创意园区，集合了北京夜生活的多种潮流新方式。

音乐会、音乐节、话剧、京剧、相声等在北京人民艺术剧院、北京艺术中心、北京湖广会馆、颜料会馆等夜间演出地精彩上演，为市民和游客奉上丰富的文艺大餐。

博物馆、图书馆、文化馆、书店等文化类主体夜间开放时间不断延长，北京图书大厦、北京城市图书馆、三

联韬书店等打造夜场展览、夜读新场景；北京大运河博物馆、光科技馆等打造博物馆特色主题“文化IP”，满足人们的夜间文化消费需求。

榜单还特别推出旅游观光巴士、游船、骑行等夜行方式，让游客以全新的视角领略北京的夜景。旅游观光巴士途经多个文旅地标和网红商圈，游客可边赏美景、边尝美食。大美中轴线夜游观光巴士，带游客感受中轴线的文化魅力。上榜的骑行线路，串起多个夜间旅游点，方便市民和游客参与文化体验、休闲健身、文旅消费。

北京市文化和旅游局相关负责人表示：“榜单涵盖了北京夜间多元的文旅资源要素和新业态、新场景，为市民和游客提供了丰富多彩的夜间休闲新选择、新体验。”随着这份夜游推荐榜单的发布，北京的夜经济也将迎来新的发展机遇，为城市发展注入新活力。



乘游船行驶在北京亮马河上，途经燕莎、蓝色港湾、红领中心等多处商圈、公园，该旅游项目已成为北京夜游消费的新亮点。  
新华社记者 鞠焕宗摄