

河北这些避暑胜地 约你共清凉



盛夏时节,酷暑难耐,你是否渴望寻一处清凉之地,逃离城市热浪?在河北就有不少避暑胜地,从皇家园林到高山草原,从长城雄关到峡谷秘境,它们宛如大自然馈赠的清凉宝藏,也仿佛“天然空调房”,让你一键切换清凉模式。

承德金山岭长城——长城上的清凉之约



■金山岭长城的云海如水墨丹青。

金山岭长城,山峦叠翠,云海频现,平均气温仅24℃。古人云:“小暑寻幽,当登高以避炎蒸。”何不循着古人的智慧,来一场长城上的清凉之约?

清晨薄雾缠绕敌楼,如入水墨丹青,城墙在翻涌的云浪中浮沉,敌楼化作水墨画里的淡墨印章,能见度不足百米。忽然一阵风来,雾中浮现出半截箭垛,那种犹抱琵琶半遮面的意境,片刻内就引人入胜。

承德避暑山庄——深度体验皇家园林



■承德避暑山庄将自然山水与人文建筑完美融合。

走进世界现存最大皇家园林——承德避暑山庄,仿佛踏入了一幅徐徐展开的水墨画卷。

避暑山庄占地5.64平方公里,以“天人合一”的理念,将自然山水与人文建筑完美融合。山庄南端的宫殿区,曾是皇帝处理政务和居住的地方。湖泊区化江南风景为咫尺,8个小岛屿和长堤分割成的多个湖面,包含了康熙七十二景31处。展现草原风光的平原区,曾是皇帝举行赛马和狩猎活动的场所。占避暑山庄总面积75%的山峦区,峰峦叠嶂,幽境深藏。

避暑山庄地势西北高东南低,三条峡谷如天然空调管道,将凉风源源不断送入湖泊区。康熙钦点的“芝径云堤”,仿西湖苏堤而建,垂柳拂水处凉意自生。船近烟雨楼,《还珠格格》里的“漱芳斋”便跃然眼前。

保定野三坡——一部“打开的地质史书”



■保定野三坡的“百里峡”幽深奇峻。

幽深奇峻的“百里峡”,瑰丽奇幻的“鱼谷洞”,巍峨耸立的“龙门天关”,四季如画的“百草畔”……走进野三坡,雄山碧水,奇峡怪泉,如同一部“打开的地质史书”。

百里峡夏季平均温度23℃,由海棠峪、十悬峡、蝎子

沟三条峡谷组成,形如鹿角排列,全长105华里,被誉为“天下第一峡”。鱼谷洞是一处充满神秘色彩的地下溶洞,上寒武统竹叶状灰岩作为它的孕育母体,赋予了它独特的喀斯特地貌特征,洞内的形态与走向宛如大地的脉络,被岩层产状与构造裂隙精心布局,形成了一幅幅错落有致的管状画卷,洞内四季恒温13℃,清凉宜人。

崇礼太舞度假小镇——收获快乐与美照



■崇礼太舞度假小镇的山顶大耳机很适合拍照打卡。

夏日里走进张家口崇礼的太舞度假小镇,感受到的是21℃的清凉与100%的治愈。翠绿的山谷,湛蓝的天空,独具特色的欧式建筑,仿佛一秒跌落到油画里。还有山顶大耳机、绚丽的花海等多个地方很适合拍照打卡,在这里,快乐与美照能够双双收入囊中。

炎热的七月,来崇礼太舞小镇感受清凉盛夏,在大自然里畅快撒欢吧!

崇礼奥林匹克公园——沉浸式夏日乐园



■崇礼奥林匹克公园的“村夏”篝火夜人气正旺。

这个夏天,张家口崇礼奥林匹克公园全新开启“雪如意消夏嬉游季”系列活动,打造一个集运动激情、艺术浪漫、户外野趣、亲子欢乐与舌尖美味于一体的沉浸式夏日乐园。

“雪如意消夏嬉游季”系列活动主要集中在周五、六、日三天。如周五有飞盘对抛赛、“村夏”篝火夜,如意鸡尾酒品鉴等;周六有疯狂卡丁车、射箭友谊赛、live演出、枪林弹雨射击赛等;周日有如意咖啡品鉴、森林徒步、攀岩公开课等。其中,“村夏”篝火夜人气正旺,当暮色浸染冬奥村,热烈的篝火在夜空下燃起,木柴噼啪作响,火星跃入暮色,大人小孩手拉手围着火堆笑闹,吉祥物人偶还将在现场派发小礼品。攀岩公开课则是用双手在岩壁上写下勇气,不管你是零基础小白还是有过尝试的新手,都能跟着专业教练学习抓握技巧、脚点发力秘诀。飞盘对抛赛讲究默契与技巧,目光紧盯队友手势,队友稳稳接住的瞬间,欢呼声响起。参与如意森林徒步,脚下是松软落叶轻响,头顶是枝叶编织的光影隧道,放缓脚步,观察苔藓攀附岩石的奇妙,偶遇松鼠跃过枝桠的灵动瞬间,无论是独行冥想,还是与亲友结伴打卡,脚下都藏着治愈身心的力量。

石家庄驼梁——高山草甸间的冰感仙境

驼梁位于平山县合河口乡,主峰海拔2281米,是石家庄的最高峰。这里夏季平均气温仅18.9℃,林草覆盖率超90%,是当之无愧的“天然氧吧”。

踏入驼梁,仿佛步入了一个清凉的童话世界。沿着蜿

蜒的山路前行,两侧是郁郁葱葱的原始森林,阳光透过树叶的缝隙洒下,形成一片片金色的光斑。耳边,山风轻拂树叶的沙沙声与潺潺的溪流声交织在一起,宛如一首美妙的自然交响曲。登上云顶草原,广袤的草原在蓝天白云下一览无余,五颜六色的野花肆意绽放,微风拂过,花朵轻轻摇曳,仿佛一片彩色的海洋。远处,山峦连绵起伏,与蓝天白云相映成趣,构成了一幅绝美的山水画卷。在这里,你可以尽情地奔跑、嬉戏,感受大自然的广阔与自由,让身心得到彻底的放松。

石家庄天桂山——奇峰溶洞中的清凉世界



■天桂山内的银河洞别有洞天。

天桂山位于平山县北冶乡,有“北方桂林”的美誉,以洞幽、石奇、飞瀑、林密而闻名。7月份,山上平均气温20℃左右,是避暑的好去处。天桂山的山体奇峰突起,怪石嶙峋,山上植被茂盛,四季常青。登上山顶,极目远眺,连绵的山峦,茂密的森林,蜿蜒的溪流尽收眼底,让人不禁感叹大自然的鬼斧神工。

天桂山内的银河洞更是别有洞天。洞内常年恒温14℃,全长2000多米,是5亿年前地下暗河演变而成。洞内有高山、峡谷、飞瀑、沙滩,以及千姿百态的钟乳石。漫步洞中,仿佛置身于一个神奇的地下宫殿,各种奇特的景观让人目不暇接。洞内的部分区域保留了原始风貌,需要你手脚并用,攀爬穿越。在探险过程中,不仅能感受到大自然的魔力,还能挑战自我,锻炼勇气和毅力。

本报记者 刘文静 综合报道
本版图片来自河北文旅和畅游平山

汛期出游 安全不放松

我国已全面进入汛期,同时迎来暑期旅游高峰,极端天气多发,滑坡、泥石流、洪涝灾害风险加大。文化和旅游部提醒广大游客密切关注旅游安全:

一、关注气象信息。进入汛期,出游前密切关注目的地及沿途天气状况,特别是气象灾害预警信息,合理规划,及时调整行程安排。不前往未开发开放,缺乏安全保障的区域、水域,谨防落水、溺水。

二、加强自身防护。暑期出游做好防暑、防雷、防雨准备,预备遮阳物品和常用药品。科学调整休息时间,户外活动尽量避开正午时分的高温时段。大量出汗时及时补充水分,注意饮食卫生。

三、提高安全意识。驾乘机动车时,全程系好安全带。乘坐观光游船时,按规定穿着救生衣,不乘坐未配备必要救生设备的观光游船。严格遵守场所消防及各类安全管理规定。根据自身身体状况谨慎参与高空、高速、水上等高风险项目。

四、文明理性出游。遵守法律法规和公序良俗。遵从场所参观游览提示。爱护生态环境,保护文物古迹,弘扬文明旅游新风尚。选择有经营资质的旅行社,注意辨别旅游攻略信息,关注服务标准和品质,理性选择旅游产品。

据 河北文旅

文明旅游