

老外也爱“奔县游”，湖南小城藏不住了

越来越多的海外游客跳出传统都市旅游路线，深入县域、古镇和乡村，感受不一样的中国



境外游客打卡张家界武陵源景区。
图源/掌上张家界



国庆假期，岳阳县张谷英村
开展民俗表演。图源/岳阳县融媒



扫码看视频

不只中国年轻人爱上“奔县游”，如今外国游客也开始把目光投向中国小城。今年国庆假期，从张家界的奇峰云海、湘西古城的民俗风情，到资兴东江湖的晨雾渔舟，越来越多海外游客跳出传统都市旅游路线，深入县域、古镇和乡村，感受不一样的中国。与此同时，长沙县、衡山县、岳阳县等地也凭借山水风光、乡土文化和多元体验，让国内游客持续攀升。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 曾冠霖

外国游客爱上湖南小城烟火

“相比上海、北京这类超大城市，我更喜欢凤凰这样的古城。”国庆假期，法国游客Noemie在凤凰古城游览时表示，这里的风景和生活氛围与法国很不一样，让她有了全新的旅行体验。

这样的选择，直观体现出外国游客来华旅行的消费变化。

过去，外国游客来华旅游，行程往往围绕大都市、知名地标和热门景区展开。如今，随着免签政策持续优化、交通网络不断完善，以及海外游客对中国文化兴趣的增长，越来越多人开始走出传统热门城市，探访县域小城和特色乡村。

今年国庆假期，“大张家界国际旅游区”站上入境游“C位”，“奇峰三千、秀水八百”的山水名片持续圈粉。国庆假期，入境外籍人员中，韩国旅客占比达81.5%，与去年同期持平。张家界边检站查验出入境人员1.4万余人次，外籍旅客占比达97%。

张家界的武陵源、永定区、慈利县，湘西州的永顺县、凤凰县，邵阳的新宁县，郴州的资兴市等县城城市，成为入境游客必打卡的目的地。

对外国游客而言，这里的吸引力不止于山水。原生态自然风光、土家族、侗族、苗族的民俗文化和当地人的热情好客，共同构成了区别于都市旅游的独特体验。旅行从对着地标拍照，延伸到对一方水土的深入感知。

国庆假期，中国游客在韩国首尔街头拍到郴州东江湖的文旅海报，让这座小城火上热搜。据东江湖相关负责人介绍，东江湖的雾漫小东江凭借独特的东方水墨意境，早已成为韩国游客来华旅行的热门打卡地。2025年，郴州接待韩国游客3.8万人次，韩国游客在入境客源中居首位。

国内游客走进县域寻找“诗与远方”

海外游客走向小城，国内游客也在县域寻找自己的“诗与远方”。

相比紧凑的都市打卡行程，县域游兼具山水休闲、亲子体验、文化研学等玩法，自驾可达、节奏灵活，更契合年轻游客和家庭群体的出游需求。

长沙县就是热门目的地之一。同程旅行平台数据显示，长沙县跻身全国热门县域目的地前十。数据

显示，国庆假期，长沙县共接待游客220.66万人次。

岳阳县则以古村文化承接假日客流。国庆假期该县累计接待游客91.42万人次。其中，张谷英旅游景区人气高涨，民俗展演、集章打卡、古建筑群展陈和智慧导览等新体验，让游客在游览中了解六百年古村的家风文脉。

衡阳县则尝试通过新场景和新玩法，把线上的关注转化为线下消费。当地推出“我有舞台你有才，蒸阳时光等你来”全民才艺大赛，邀请本土网红主播助阵并开展直播。活动线下吸引10万名群众围观打卡，线上全网播放量突破1000万人次。

观察 小城接住流量 不能只靠假期一阵热

从“看风景”到“品生活”，县域小城凭什么圈粉？首先源于游客旅行审美的变化。年轻游客不再满足于千篇一律的热门地标，更愿意寻找独特风景、地方文化和松弛的生活氛围。对外国游客来说，县域古村、民俗和市井烟火，也为了解真实的中国打开了一扇窗。

其次，入境便利化措施与交通条件改善，拓宽了海外游客的出行选择。但政策红利要转化为实际客流，还需要目的地具备相应的接待能力。

更重要的是，县域文旅供给正在升级。各地从单一观光向沉浸体验转变，让自然风光、地方文化和休闲消费形成联动。

海外游客奔赴县域，为探寻一个不一样的中国；国内游客向县而行，则渴望在小城烟火里找寻假日松弛感。两股热潮交汇，让县域旅游逐渐摆脱“小众替补”的定位。

接下来，如何进一步完善交通接驳、住宿餐饮和国际化服务，持续打造具有地方特色的文旅产品，将成为湖南县域把假日热度转化为长期吸引力的关键。

假日里的人潮是亮眼的成绩单，但短暂的火爆不等于长久的红火。县域文旅不能只吃“假期红利”，既要用好山水、民俗这些与生俱来的家底，补齐国际化接待、深度游玩线路的短板，也要深挖本土故事，持续打磨常态化文旅产品。

唯有跳出“过节才热闹”的困境，让平日里同样有看点、有玩法，才能留住海内外游客的脚步。



刘亚平在舞台上的风采。 受访者 供图

67岁奶奶从山野走上T台 14年优雅走秀带闺蜜“发光”

10月8日晚，长沙市开福区芙蓉北路街道欣城社区一间排练厅内，音乐响起，刘亚平踩着节拍款款走来，抬头、挺胸、转身，台步利落，眼神笃定，举手投足间满是自信。身材高挑、气质优雅，很难想象眼前走着台步的模特今年已经67岁。

14年间，奔赴北京、南京、武汉等地参赛，捧回4枚金奖、3枚银奖。9月底在天津举办的模特赛中，她再次获金奖。如今，这位“T台奶奶”不仅自己走得出彩，更带动身边姐妹一起“发光”。

67岁长沙奶奶把“优雅”练成肌肉记忆

“退休之前是地质工作者，常年都在山里，很忙碌。那时候的我性格内向，不爱与人交往。”聊起从前，刘亚平的讲述里满是画面，野外作业、翻山越岭，半辈子都在和大山打交道。退休后，忙碌惯了的人突然闲下来，反倒不知如何是好，“一开始无所适从”。

53岁那年，她在老年大学里与走秀“一见钟情”，“接触之后就彻底爱上了。”从此，小区排练厅里多了一个练到满头大汗的身影。台步、站姿、眼神、转身，她对着镜子一遍遍纠正，把“优雅”练成肌肉记忆。为了检验成果，她一趟趟奔赴北京、南京、武汉的赛场，行李箱里装满演出服，也装满了越来越多的自信。

14年时间，4枚金奖、3枚银奖，T台走秀带给刘亚平的变化很多。“现在我跟别人说自己以前很内向，完全没人相信。每天练习台步，身体好、精神头足、心情也特别好，退休生活被一场场走秀点亮了。”刘亚平笑着说。

从一个人到一群人，带着闺蜜在T台上“发光”

身体强健，性格开朗，曾经不爱说话的刘亚平，如今站在聚光灯下从容大方。更让她高兴的是，身边越来越多的闺蜜被她“拉”上了T台，“自己很热爱，也带动了很多一起学这个”。

排练厅里，刘亚平是姐妹们的“主心骨”。音乐一起，她示范、纠正，一遍遍带着大家走台步；谁的动作不到位，她就耐心地一遍遍点拨。

灯光下，一群平均年龄不小的闺蜜踩着音乐款款而行，笑声和节拍声混在一起。姐妹们说，跟着她，大家走出家门、融入社会，晚年生活“阳光又充实”。无论是训练还是比赛，大家都会相互拍摄、记录美丽，照片上更是大大方方地写着“高光姐姐”“高光时刻”。

走下T台，67岁的刘亚平笑得眉眼弯弯。用她的话说：活到老，美到老，人生的T台，永远没有谢幕。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 田甜