



02-03 新玩法

遇见张家界的另一面，感受心跳与浪漫

张家界体育休闲游攻略来了：惊险刺激的高空挑战、仰望星空的高奢营地在你

■文/三湘都市报全媒体记者 周可 丁鹏志 视频/周可 田甜 见习记者 曾冠霖



张家界高端民宿“五号山谷”的绝美夕阳。 顾荣 摄

大峡谷景区

感受山间的“速度与激情”

提到张家界大峡谷景区，你首先想到的会是玻璃桥吗？其实，这个有着世界首座高空峡谷玻璃桥的国家4A级景区，并不仅有玻璃桥，还有260米高的极限蹦极、302米高的高空滑索、悬崖峭壁上的飞拉达以及适合多数游客体验的攀岩体验项目。在大峡谷，你可以换个方式，用心跳感受仙境张家界的奇、险、峭、异。

在蹦极达人眼中，大峡谷蹦极可是必打卡项目。游客在玻璃桥上走，而你就在玻璃桥下方一跃而下。这可能是你最近“飞天”的一次体验了。

不敢体验蹦极的朋友，可以和同伴组团体验相对“温柔”的高空滑索及飞拉达项目。大峡谷景区高空滑索项目共有六套十二根往复式高空滑索，全长358米，上下高差302米，可同时滑行6人，每次往复滑行时间为三分钟。如果你在玩高空滑索时能碰上云雾缭绕，顿时你变身为腾云驾雾的“神仙”。

飞拉达是建在山体岩壁之上的攀爬轨道，大峡谷飞拉达项目上线路长度360米，下线路长度356米，充分利用大峡谷巍峨独立、迥然各异的岩层，让不具备攀岩能力的人也能驰骋悬崖，跳出一段难得的绝壁芭蕾。

从前，张家界的美只能通过眼睛看，现在，张家界的惊险刺激可以从心跳声中切身感受到。“五一”临近，带上你那颗勇敢的心，向张家界大峡谷出发吧！

地点：张家界市慈利县三官寺乡。

交通方式：可自驾前往。张家界市区汽车站或武陵源汽车站均有前往大峡谷的班车。

门票：4月30日-5月10日期间免门票。

票费：各项单独收费。

地点：张家界市慈利县阳和乡，距长张高速阳和收费站出口仅300米。

交通方式：推荐自驾或包车前往。在张家界汽车站可搭乘去阳和的班车，班车停靠张家界冰雪世界对面。

票价：3小时滑雪票258元，全天不限时滑雪票358元。



高空蹦床网。



悬崖花开一号营地帐篷房。 本版图片除署名外均由景区提供



悬崖花开越野赛车场。

樟树营

“逃离”地心引力，水陆空运动“网”打尽

在张家界市慈利县溪口镇樟树村，一棵千年古樟树曾见证了红二、六军团的革命事迹，现在也见证着一个新型户外拓展基地的诞生与发展。户外烧烤、水上摩托、双人浆板、星空露营、趣味飞拉达、丛林穿越、高空蹦床、越野卡丁车……求张家界樟树营拓展基地，绝对会让你的张家界之旅与别人的大不一样。

樟树营拓展基地规划建筑面积50000平方米，目前已完成趣味飞拉达、丛林穿越、柴垛餐区、澧水栈道、星空网桥、自驾营地、樟树广场、乡村道路改造、生态餐厅、户外帐篷区、荒洲越野赛道、洲滩影院等区域建设。

在这里一定要体验的项目非丛林穿越莫属。丛林穿越，分低空和高空两条线路。低空线路即穿越一张全长1公里、离地2米高、架设于树林之间的弹力网。这条线路集合了蹦床、绳桥、网红桥的玩法。

如果低空项目不够吸引你的注意力，那结合高空攀爬、趣味飞拉达、天空蹦床的高空路线一定能激起你的挑战欲望。

樟树营拓展基地负责人介绍，基地还会不定期举办森林集市、星空露营、篝火晚会、丛林音乐节等活动，如果你恰巧赶上，说不定还会有意外收获。

地点：张家界市慈利县溪口镇樟树村

交通方式：推荐自驾或包车前往。

项目费用：高空飞拉达攀岩(120元/人)、低空丛林穿越(55元/人)、卡丁车(50元/位,5圈)、越野车(168元/台,30分钟)、户外露营(场地费30元/顶)、柴垛农家菜(50元/位,可按餐单点)。

预订热线：15074432323。

悬崖花开1号营地

开越野赛车，住奢华房车，过足运动瘾

张家界悬崖花开1号营地主要分为汽车越野、房车帐篷露营、休闲娱乐餐饮咖啡三大板块。营地周边交通十分便利，到慈利县的各大旅游景区均不超过30分钟车程，2021年12月被湖南省文化和旅游厅评为湖南省五星级乡村旅游区(点)。

几乎每位来张家界悬崖花开的成年游客，都会体验一把越野赛车，尤其是女性游客。这一项目是与国家体育示范项目品牌新动力越野赛车共同打造，符合国际标准的UTV/ATV越野赛道。2021年11月，该营地也入选了中国汽车摩托车运动联合会评选的全国汽车自驾车运动营地。

赛车过后可以组团烧烤，亲手制作大餐。营地为小朋友准备了汽车主题游乐场、草坪派对、索水河嬉戏等休闲活动，家长们能与孩子在此享受温馨的亲子时光。

夜幕降临后，如果你喜欢热闹，可以选择和大家一起围坐篝火旁，来一场音乐派对。如果你想安静独处，可以搬一把椅子坐在溪边数星星。

在悬崖花开，住宿的选择更是多到让人选择困难。26个住宿单元，不仅有自带院落的独立房车，还有夜观星象星空房、高端野奢大帐篷、自带院子小木屋。无论是情侣出游，还是全家聚会，都能找到合适的房间。

地点：张家界市慈利县三官寺土家族乡株木岗村

交通方式：推荐自驾前往。

项目费用：越野赛车项目288元/次。如预订房间住宿，则赛车游玩费用已包括在内。

预订热线：0744-3244111。

问宿张家界

探寻夕阳之谷



扫码看视频

都说张家界的山美，其实也不必登高，小狗和小猫，青蛙和蝴蝶，对了，还有孔雀……这些山谷里的“主人”，让我们感受到大山柔情温暖的一面。

五号山谷，被称为“全球必睡十大民宿”，一直是张家界高端民宿的一张名片。这里山谷背阳，所以没有日出，只有夕阳。对于终于逃离都市的人们而言，简直是晚起最完美的借口。

山谷的美自不必说。但面对疫情，生意也明显受到影响。不过，民宿运营中心的蔡蔡却表现得淡定：我们用闭关的那段时间来自我提升，做培训、修内功，日子一样很充实。

这一点，从一个小细节可以体现出来：民宿的每一位管家英语都很流利。看似平平无奇的院子里，藏龙卧虎。

五一小长假即将到来，民宿准备的活动也很丰富，“目前订房情况还不错。”蔡蔡微笑着说，满脸乐观。

蔡蔡的淡定与民宿本身的气质也是相符的。夕阳之谷，风林之涧，如果真有世外桃源，应该就是这个样子了。

■三湘都市报全媒体记者 郭文雯 视频 王珏 何佳洁

“美人”的答案



扫码看视频

来这里之前，我万万没有想到，会从这个角度重新认识张家界。

眼前这些彩色的砂石粉末，正是来自张家界的火山。它们被打磨成粉，又重新聚合，再次画成五彩的张家界，定格永恒。

岩语间是一间很有艺术气息的新民宿，初印象就是一个字：美。五彩砂石画就是他们特有的体验。

房屋外观简洁流畅的设计、每个房间配着不一样的定制杯子、随处可见的小景都与环境融为一体，无处不在的溪水声和鸟鸣声……每个角度都显示出民宿主人不凡的品味与思考，在当地众多的民宿中独树一帜，尤其是小森林里藏着几间可以看见星星的星空房，一经推出就成了网红房。

“我们是2020年开业的，才两年时间。”店长李冬妹就是张家界本地人，聊起这间高端民宿界的“网红”，除了引以为傲的“美”，她说得更多的是“几乎与疫情同步”。

包括星空房在内，一共28间房；距离武陵源核心区仅8公里，交通十分便利，再加上独特的艺术氛围，两年来，漂亮的岩语间通过接一些企业的团建活动、亲子游活动等十分接地气的方式，坚强地挺了过来，名气也越来越大，不仅坚持了自己的艺术风格，还摸索出了疫情之下的生存之道。

“我们有信心，毕竟，疫情总会结束的嘛。”李冬妹说。

山谷里的风轻吹起她的头发。山上流下来的溪水，环绕着整间民宿，一切都灵动起来。

我们总是向往着远方。当我们走进森林，寻找心仪的栖息之地，到底是在找寻什么？这间民宿中的“小美人”，用湘西大地特有的峰骨与韧性，给出了一个浪漫的答案。

■三湘都市报全媒体记者 郭文雯 视频 王珏 何佳洁 航拍 顾荣



大峡谷景区飞拉达项目。