

舟山十条游玩线路推荐⑥

从驭风踏浪到滩涂寻鲜，这是一条进阶式的水上运动路线 去往那片海，用浪花丈量舟山的夏天

□记者 高阳 通讯员 赵思吉



东沙冲浪



南沙水上三轮车



水上飞人



鸡鸣山赶海

第一站

岱山鹿栏晴沙 在“华东第一滩”驭风而行

地点：岱山县鹿栏晴沙景区
鹿栏晴沙素有“华东第一滩”之称，沙滩开阔平整，海域风力条件优越。今年7月，景区完成提质升级，引入“完美大海”水上运动特色业态，涵盖沙滩卡丁车、帆船帆板、摩托艇、飞鱼、水上大黄鸭等多款大众休闲游玩项目。

而风筝冲浪是景区正在引进的技术含量最高的项目。风筝冲浪完全依赖风作为动力，需要先学习理论知识，在沙滩上练习控制风筝和判断风向，最后才能下水实践。上手时间取决于天气和个人把控能力。

●服务小贴士

1. 景区夏日每日营业时间：7:00～21:00，建议提前规划行程。
2. 摩托艇、小黄鸭、飞鱼等项目有专业教练现场指导，零基础也能放心体验。
3. 景区联动鹿栏晴沙田园综合体、半街、半田青社等配套，打造“沙滩游乐+田园休闲”复合型体验。

第二站

嵊泗六合朝阳 88元解锁“水上F1”极速体验

地点：嵊泗县六合朝阳景区星与海露营基地海面

六合朝阳景区位于嵊泗泗礁本岛最东端，今年5月，景区在星与海露营基地海面正式推出海上卡丁船项目。

海上卡丁船是一款新兴水上娱乐项目，巧妙融合了水上摩托艇的速度与刺激，兼具充气船的安全与舒适。驾驶体验与陆地卡丁车高度相似，方向盘转向灵活、操作简单直观，即便没有驾驶经验的游客也能快速上手。

在星与海露营基地的海面上，可以驾驶着卡丁船自在驰骋——时而

油门到底加速冲刺，感受海风拂面的推背感；时而轻巧转向从容滑行，尽享海上风光的惬意。

●服务小贴士

1. 体验流程：前往星与海露营基地沙滩入口，领取救生衣、扫码付款后即可登船。
2. 须全程穿戴救生衣，在指定水域内游玩，严格听从工作人员指挥。
3. 建议穿着速干衣物并做好防晒，如遇大风大浪请听从指挥及时返回。

第三站

嵊泗鸡鸣山 踩上“泥马”去滩涂寻宝

地点：嵊泗县菜园镇鸡鸣山岛

如果说卡丁船属于海面之上的速度与激情，那么鸡鸣山赶海基地则是退潮之后滩涂之上的另一种野趣。退潮时分，大片滩涂与礁石区露出水面，是赶海的绝佳场所。

基地最独特的体验是“泥马”——渔民在滩涂上使用的传统工具，外形似小型滑板，使用时单脚骑乘，另一只脚踏地滑行，堪称“滩涂上的代步工具”。借助“泥马”，游客可以深入滩涂腹地，到达步行难以抵达的赶海区域，拾贝、挖螺、抓螃蟹，感受“靠海吃海”的渔家原始趣味。

●服务小贴士

1. 可自驾或打车至金青大桥，过桥即达。
2. 赶海最佳时机为每月初一、初二、十六、十七的大潮汛，最低潮前两小时为黄金时段。
3. 建议穿防滑鞋并做好防晒，请按规则放生小生物，保护海洋生态。

第四站

朱家尖大青山 水上飞人带你“上天入海”

地点：普陀区朱家尖大青山景区里沙海域

大青山景区里沙海域是体验水上项目的核心区域。水陆两栖车上一秒还在沙滩狂飙，下一秒直接冲进海里劈波斩浪；海上法拉利驰骋海面，在蔚蓝海面划出一道浪花弧线；摩托艇劈波斩浪，引擎轰鸣、浪花翻飞；帆船悠然扬帆，远离喧嚣穿梭于山海画卷。

最吸睛的是水上飞人——穿上喷射装置，被巨大的水柱送上高空，真正“飞”起来的感觉。旋转、翻腾、凌空漫步……教练带你解锁各种炫酷动作。

●服务小贴士

1. 大青山景区门票100元/人，建议先玩海上项目再逛景区。
2. 景区提供免费环岛巴士，建议带拖鞋和备用衣物，水上项目容易湿身。

第五站

朱家尖东沙 在“城市浪人”感受冲浪文化

地点：普陀区朱家尖东沙景区
“城市浪人”冲浪俱乐部2021年在东沙落地，已发展长三角地区冲浪会员1.2万人，社交媒体曝光量超5000万+。

2023年，东沙建成华东地区首个冲浪主题公园，包含冲浪俱乐部、滨海滑板场、冲浪产品集成店、主题酒吧四个业态。滨海滑板场对标洛杉矶，550平方米，是江浙沪离海边最

近的滑板场。俱乐部提供105分钟的专业冲浪课程，适配零基础新手到进阶爱好者。不少冲浪人周五下班就自驾来舟山，周日返程。

●服务小贴士

1. 7月1日—8月31日，景区开放时间为4:00～21:30。
2. 冲浪课程需提前预约，建议关注“城市浪人”官方渠道。
3. 东沙周边分布有不少个性化民宿，适合周末两日游。

第六站

朱家尖南沙 一站式玩遍海陆空

地点：普陀区朱家尖南沙景区

南沙长1000余米，水上项目琳琅满目：风帆游船、极速漂移艇、海上摩托艇、水上三轮车、浮桥等。南沙还是“中国沙雕发源地”，自1999年起已举办了二十六届国际沙雕节。玩水、看沙雕、吹海风——南沙适合全家老小一站式打卡。

●服务小贴士

1. 7月1日—8月31日，景区开放时间为7:00～21:30，建议预留3～5小时。
2. 近岸水域水深较浅，适合亲子家庭戏水。

照片由受访者提供



六合朝阳卡丁船