

舟山十条游玩线路推荐⑧

钻入防空洞,踏进溪水间 这份岛城纳凉地图请收好

□记者 朱蔚 文/摄

今夏热浪持续“烤”验岛城,走出空调房便觉暑气蒸腾。记者在舟山本岛悉心搜罗了几处藏在山野与城区的纳凉秘境,或溯溪踩水,享受天然冰镇的清冽;或钻入防空洞,体验20℃的恒温天然空调。无须远行,周末便能带着家人遁入清凉,在溪涧鸟鸣或光影隧道中,寻得一份属于夏日的自在与惬意。



时光隧道



东海大峡谷

东海大峡谷溯溪

●地点:位于定海区双桥街道紫微村,导航“东海大峡谷”即可抵达。
东海大峡谷是舟山本岛最大的峡谷型生态景区,素有“海岛九寨沟”之称。谷内溪流蜿蜒清澈,沿溪逆流而上,可见多处小瀑布与幽深水潭,两岸古木遮天,即便正午日头毒辣,林下依然凉风习习。景区入口设有停车场,但周末车位紧张,建议上午9点前到达。
●温馨提示:峡谷内部分溪石长有青苔,务必穿防滑溯溪鞋,切勿涉足水深未知区域。

寺岭古村溯溪

●地点:位于定海区东海百里文廊小沙段,导航“寺岭村”。
寺岭村是夏日溯溪的热门去处,这里气温比山下低两三摄氏度,溪水清澈冰凉,是天然的“冰箱”,带上西瓜和饮料泡在溪水里,半小时就能收获冰镇美味。
沿着溪流逆流而上,还能看到古老的石拱桥寺岭桥,全都用石头垒砌而成,古韵十足。村里有简易停车场,但车位不多,进村山路仅容一车通行,会车困难,建议从百里文廊方向进入,小心驾驶。

海山公园防空洞(时光隧道)

●地点:位于定海区海山公园内,属东海云廊“时光隧道”。
这是由1973年修建的7381人防工程改造而成的网红纳凉点,全长960米,其中537米由原先的防空洞改造而成,423米为新建部分,有人民防空的历史展示。洞内常年清凉,与洞外高温形成鲜明对比。

最特别的是洞内蓝色内壁与全息投影营造出的“声光电”奇幻体验,穿行其中仿佛头顶蓝天白云,可瞬间感受四季变换与山海轮转。洞内信号良好,无时间限制,适合打卡拍照和悠闲纳凉。

●温馨提示:洞内外温差较大,建议在洞口适应几分钟再进入;关节不好或有心血管疾病的人群请注意不宜久待,最好每隔一两小时出洞透气。

青龙山防空洞纳凉点

●地点:位于普陀区沈家门健民路71号附近。
这个防空洞是普陀城区居民最爱的天然空调房,洞内温度稳定在20℃左右,面积约350平方米,可容纳约120人,升级了供电照明,处理了渗水问题后,防空洞内的环境舒适度大幅提升。

这里的设施可谓相当齐全,有免费的Wi-Fi,电视里播放着红色电影,也有桌椅、便民服务柜以及防暑药品,甚至还有乒乓球活动区域。

●温馨提示:洞内湿度较高,同样建议带件薄外套,老人和婴幼儿不宜久留。

毛竹山甩龙桥溯溪

●地点:位于新城毛竹山,距离新城最近,约10分钟车程,导航“甩龙桥”即可。

这是个小而美的溯溪宝地,优势是省心省力,这里也有古石拱桥,桥洞下就是小溪,桌椅可直接搭在桥洞底下,连天幕和帐篷都不用搭。

在石拱桥马路的对面,也是刚拓宽了上沿石子路的溯溪地,水源蜿蜒绵长。每到周末,不少带娃家庭会自驾过来,孩子们穿上泳衣,带上水枪和细

网兜,可以捞小鱼小虾玩上半天。

●温馨提示:舟山有两个“甩龙桥”,另一个在小沙,导航时务必确认是“毛竹山甩龙桥”。建议穿防滑溯溪鞋,石头硌脚,别穿拖鞋。

毛竹山龙吟泄潭溯溪

●地点:就在甩龙桥附近,导航“甩龙桥”,在其下游约400米处。
这是另一处值得探访的秘境,据宋宝庆《四明志》记载,南宋绍兴年间丞相史浩曾来此祈雨,历代文人墨客也在此留下诗作。

如今泄潭早已筑坝蓄水,形成一道半米高的瀑布,虽不及大瀑布磅礴,但在岛城已属难得,如遇水流旺的时节,可以看到碎玉般的水花漫过青石,颇有古意。泄潭上游的溪水则绵延细长,隐在两岸的树荫底下,形成天然遮阳屏障。

●温馨提示:龙吟泄潭在雨天或丰水期更有气势,但雨天路滑需谨慎。边上树荫浓密,蚊虫较多,务必带好驱蚊喷雾。

林吴村溯溪

●地点:位于普陀区展茅街道林吴村,导航至“林吴村文化礼堂”后,沿小路步行约15分钟可达。
这一境地保留着原始森系风貌,踩着青苔石、拽着藤条穿越丛林,像极了探险真人秀。村里老人淳朴好客,偶尔还能遇到卖冰镇杨梅汤的阿婆,来一杯,酸甜解暑。
●温馨提示:村口有免费停车场,务必穿防滑溯溪鞋,此处蚊虫较多,需带驱蚊喷雾。

实用贴士

时间管理:溯溪点建议上午9点前抵达,停车位充裕且光线柔和;防空洞午后人流最大,可错峰前往。

装备清单:除了溯溪鞋和驱蚊水,建议带上防水手机袋(玩水必备)、折叠水桶(用来冰镇饮料,避免果皮糖水直接污染溪水)。随身携带驱蚊喷雾和便携户外椅,提升体验感。

充电与补给:各点位周边餐饮稀少,请自备干粮和足量饮用水;青龙山防空洞内有充电插座,其他野地建议带充电宝。

安全提醒:雷雨天气切勿溯溪,上游突降暴雨可能引发山洪;防空洞内禁止吸烟和使用明火。

环保要求:请自备垃圾袋,将果核、包装纸等全部带出,切勿将西瓜皮等易腐垃圾丢入溪中,山野纯净需要你我共同守护。



寺岭古村



海山公园防空洞



毛竹山甩龙桥

