

福建省夏季“8大瀑布观赏地”等权威榜单发布,暑假不妨带家人到幽谷山间——

感受飞瀑清凉

本月初,“福建溪谷·暑你会玩”2025年福建省溪谷文旅生活季在德化县石牛山景区拉开帷幕,活动现场发布了福建省夏季“8大瀑布观赏地”等权威榜单,涵盖泉州德化石牛山瀑布、泉州洛江虹山瀑布等自然奇观,为游客夏季出游提供官方指南。

群山环抱的幽谷深处,一道银练自云端倾泻而下,玉珠飞溅,这就是瀑布,天地间最富诗意的自然杰作,以雷霆之势劈开山岩,又以柔美之姿化雾成虹。这里没有精修的滤镜,只有造物主挥毫泼墨的狂想,水雾扑面,凉意透心,耳畔便是雷鸣般的自然交响。盛夏热辣滚烫,不妨带上家人,共赴一场山河苏醒的盛宴,于幽谷山间,感受飞瀑清凉,欣赏福建这八大瀑布,如何美出“仙界特效”。



●福州永泰百漈沟景区瀑布

百漈沟位于福州市永泰县梧桐镇,是国家4A级旅游景区。景区核心面积约2平方公里,栈道全长5.1公里,海拔680米,是福建省最大的青冈林(即黄楮)生态保护区。

百漈沟景区的景点沿着一条1000多米长的峡谷循序渐进,由水帘瀑布、龙缸瀑布、珍珠瀑布、天坑彩虹瀑布、人参瀑布、双狮瀑布、白龙瀑布、三叠泉八大瀑布组成。

一级级瀑布,姿态各异。或飞泻而下,或平缓流淌,或激昂高歌,或低吟浅唱,展示着水的绝妙舞姿与神韵,组成了目前永泰境内已发现的瀑布中最具特色的瀑布群。

除此之外,玻璃观景桥、彩虹滑道、高空滑索、玻璃水滑道等户外项目皆充满挑战与乐趣。



福州永泰百漈沟景区瀑布

●南平武夷山青龙大瀑布



青龙大瀑布景区位于大峡谷漂流区上游,相距500米。瀑布由三级大瀑布群组合而成,全长200余米,落差120米,丰水期宽达40余米,高峰时空气负离子每立方厘米达17.52万个,被誉为“天然氧吧”。

步入瀑布群,沿途灌木苍萌,飞虫鸟语、山花烂漫,珍禽动物隐现山中。沿赤壁拾级而上,水汽迎面扑来,宛如进入冰雪世界。

临近青龙大瀑布,仰头望去,巨大的水流从悬崖峭壁上飞泻而下,气势磅礴。瀑布冲击岩石产生的风,如同大自然的鼓风机,将清新的空气源源不断地送到你的身边。

在这里,你可以尽情地深呼吸,让富含负氧离子的风充满肺部,滋养身体,感受大自然最纯粹的疗愈力量。



“飞流直下三千尺,疑是银河落九天”李白笔下的瀑布具象化了!“太壮观了”“连日的雨让德化石牛山岱仙瀑布水量暴涨,双瀑美景再现,水雾升腾间双龙竞跃,在青翠山色映衬下更显壮观。(陈小芬 颜建明 摄)

●泉州德化石牛山瀑布

作为一度登上央视的石牛山景区,以音符为笔,山河为卷,盛邀刘宇宁、胡夏、希林娜依·高、陆虎、白举纲、杨帆等多位明星来此打卡。

石牛山景区是国家4A级旅游景区、国家地质公园、国家森林公园,主要景点包括:全程7168米的亚洲第二长观光索道——石牛山索道,悬空高度314米、面积520平方米的天空之心玻璃观景台,石牛山瀑布,石壶祖殿,八闽观日第一峰等。

其中,石牛山瀑布由岱仙瀑布与油漏漈瀑布组成。东侧岱仙瀑布落差280.12米,如烈马奔腾,气势磅礴,被誉为“华东第一瀑”;西侧油漏漈瀑布似银毯垂崖,柔光潋滟。两处瀑布刚柔并济,是国内罕见的双瀑。

围绕石牛山瀑布,景区建设了天空之心、观瀑索道、环瀑栈道、瀑布咖啡等赏瀑景点,是全省绝佳的瀑布观赏地。



莆田仙游九鲤湖九漈瀑布

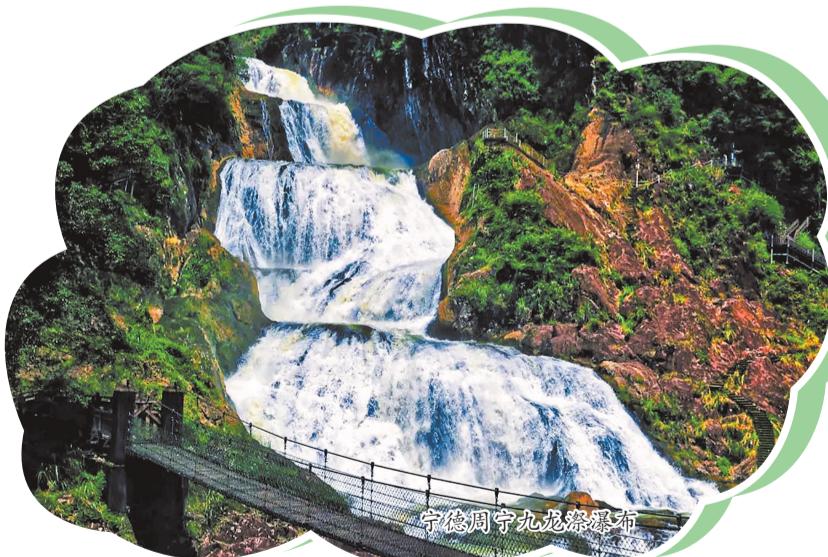
●莆田仙游九鲤湖九漈瀑布

1620年,明代地理学家、旅行家和文学家徐霞客游览于此,写下《游九鲤湖日记》:“若水之或悬或渟,或翼飞叠注,即匡庐三叠、雁宕龙湫,各以一长擅胜,未若此山微体皆具也。”并将九鲤湖与武夷山、玉华洞合称为“福建三绝”,各以“一山、一湖、一洞”享誉八闽。

九鲤湖是国家级水利风景区、省级风景名胜区,自然景观优美,以九鲤飞瀑、冰川峡谷、千年祈梦、摩崖石刻四奇著称,尤以飞瀑为最,九漈飞瀑总落差432米,每漈各具特色,其中瀑布落差高达百米,尤为壮观,有“鲤湖飞瀑天下奇”之美誉,《千里江山图》画卷中的“四叠双瀑”即取景于这里。

而作为有着千年历史的祈梦文化发源地,一代代流传下来的以梦文化为题材的优美辞章给九鲤湖披上一层神秘的面纱,使之成了名副其实的“中国梦文化之都”。

2011年,九鲤湖祈梦习俗列入福建省非物质文化遗产名录。



宁德周宁九龙漈瀑布

九龙漈瀑布群是福建省首批省级风景名胜区、宁德世界地质公园的核心景区,被列入国家级风景名胜区,并获评国家4A级旅游景区。

青山白云,飞瀑流泉。九龙漈在长仅一公里多的流程中落差达300多米,形成奇绝的飞瀑深潭,百米高的瀑布飞泻而下,激起水雾和劲风,让人不禁感叹大自然的鬼斧神工。

登临观瀑亭,倚栏俯瞰,只见大瀑布掩映在四面青山环抱的峡谷中,在一片苍翠的绿意中。瀑布右上方有一个直径14米、深12米的深潭镶嵌在瀑布间,称为“龙眼”。

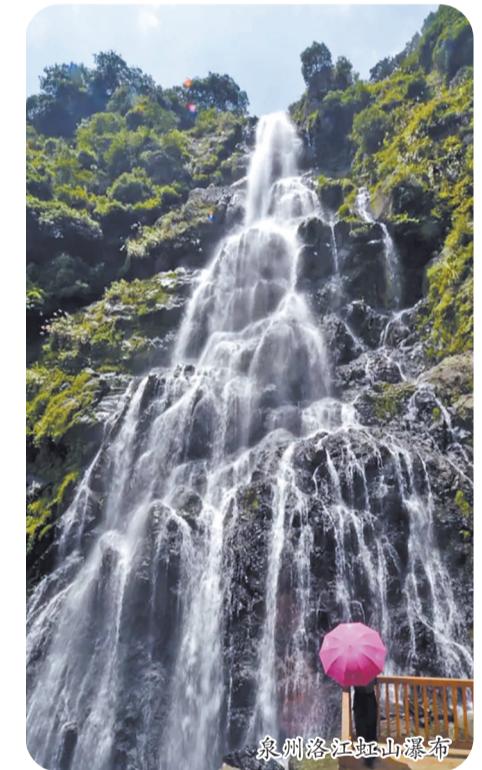
“龙眼”边上又有一株虬曲的龙松——迎客松,依偎在古铜色的石崖上,为大自然平添了无限神奇。两岸密林繁茂,在阳光下泛着悠远的绿;龙溪在这里突然跌落,变成一股往下倾泻的银色星云,充满着奔放与热情。静和动的瞬间变化,演绎着一曲山水之恋。

●泉州洛江虹山瀑布

虹山瀑布,位于洛江区虹山乡,这里年平均温度比泉州中心市区低4℃—6℃,空气清新,夏日凉爽宜人。蜿蜒的溪水从80多米高的断崖飞流而下,溅起的水雾在阳光照射下,形成一圈圈绚丽的彩虹,如梦如幻,美不胜收。

移步不远便是虹山百年水尾树碑,它默默守护着一片原始古松林,古松巍峨耸立,仿佛将人带入热带雨林般的奇幻之境。

游人可置身瀑布周围,感受着清凉的水汽,欣赏着美丽的彩虹,再步入森林氧吧中快意呼吸,享受静谧氛围,那一刻,仿佛所有的炎热都被抛在了脑后。



泉州洛江虹山瀑布

●三明将乐龙栖山龙潭瀑布

龙栖山龙潭瀑布位于武夷山脉东南支脉,因传说有龙潜居而得名。

这里山谷幽深,林木繁茂,森林覆盖率高达97%,负氧离子浓度高达每立方厘米2万多个。原始森林水涵养量好,一道道流泉汇成许多大小的瀑布,称得上是“瀑布家族”。

龙潭瀑布原是火山口,经岁月冲刷形成深达26米的碧潭,瀑布最大落差10米,水流轰鸣。天上浮云、山色如岱、身飞瀑布,各类景色浑然一体,令人仿佛置身于山水油画之中。

当城市在热浪中喘息,这里却恒守着18℃的清凉契约,堪称大自然馈赠的避暑天堂。

●龙岩武平梁野山瀑布

梁野山景区是国家4A级旅游景区,是闻名闽粤赣的旅游胜地,居“武平八大景”之首。

这里叠嶂流瀑,古壑飞泉,集齐峡谷、绝壁、深潭、怪石、密林等多种景观。飞禽走兽,奇花异草,珍贵竹木,遍布整个梁野山景区。

景区由上下两大瀑布群组成,有古母卧佛(远眺)、梁野古寺(尚未开放)、玉龙出山、生肖听水、云中村寨、云寨仙湖、通天瀑布、梁野花海等八大景观,通天瀑布、披云瀑布、佛光瀑布等大小瀑布30多处。

(本组图除署名外均来源于清新福建文旅之声、海丝泉州文旅之声)