

徒步赴春光 “走读”泉州青山绿道



春分过后,万物勃发。越来越多的人走出家门、徒步踏青,拥抱自然。

泉州各地的山野绿道春意渐浓,一条条步道串起森林氧吧、烂漫花海与人文胜景,为市民游客提供了亲近自然、徒步赏春的理想去处。本期旅游版为大家推荐5条各具特色的适配路线,循着春光而行,用脚步丈量青山,让身心住进春天的绿意里。

□融媒体记者 洪娜娜

清源山:繁花相伴,多线路“轻徒步”

位于市区的清源山坡度较缓,对登山者很友好,成为不少市民、游客春日就近徒步、乐享亲子户外时光的优选之地。山间步道形式多样,木栈道、青石板路、清源古道交错分布,每条路都有不同的风景。在社交平台上,网友们分享了多条经典徒步路线,其中,一条从正大门进入,途经老君岩、弘一法师舍利塔、“第一山”石碑后返回山门,全程耗时约40分钟,沿途道路以木栈道和石板路为主,坡度平缓,对徒步新手十分友好。

另一条则从南门进入,可驾车直达天湖,从山水相映的天湖徒步出发,途经百丈坪、清源洞,在俞大猷练胆石感受历史豪情,

再前往魁星阁、山海大观,耗时约1小时即可抵达南台阁与撷云亭。若是携幼儿出行,也可以选择直接驱车至南台停车场,全家短距离徒步,便能轻松抵达撷云亭、南台阁及山海大观等观景点。

踏着春风而来,清源山间春意浓浓,美好花事同样不容错过。势至岩旁,粉樱绽放,不远处,车轮梅繁花如雪球般缀满枝头,远远望去格外醒目。登顶南台阁,还能遇见

桃花灼灼,而三角梅则遍布全山,色彩明艳,游客可边走边寻,别有乐趣。一路徒步,一路与繁花相伴,全程赏心悦目。



徒步旅行,感受3月泉州的繁花“热情”。(陈小阳 摄)

春日里的安溪凤山绿道。(来源:安溪融媒)

紫帽山:寻幽福道,邂逅山野新趣

作为晋江后花园的紫帽山,同样藏着一条相当治愈的福道徒步线。这条融于山林的生态廊道顺应山势肌理,将水库与密林巧妙串联,行走其间,仿佛与自然亲密相拥,自去年底开放以来,吸引了不少市民前来体验。

从位于紫帽郊野公园虎岫水库旁的福道入口出发,入口处的“寻心之旅”爱心标志引人注目。整条步道掩映在翠绿的原生林木中,沿途花木错落,徒步轻松惬意。沿福道盘山路缓缓上行,这一段多为上坡路段,

不妨放慢脚步,悠然前行。行至半山腰,一条百米长的悬空栈道凌空而架,成为绝佳的观景平台。作为不少人眼中的热门打卡点,这里视野开阔,远眺层峦叠嶂、山野风光,是停下脚步、拍照留念的好地方。

浴仙池营地、紫心谷、寻心剧场、紫帽小草原……如今的紫帽山陆续打造了多处新地标,趁着春光正好,不妨顺道一游。山里还设有遇仙咖啡、话仙茶馆、畅仙餐吧等特色空间,好吃好玩又好拍,为徒步之旅增添几分闲适与惊喜。



紫帽山悬空栈道掩映在翠绿的原生林木中。(来源:紫帽山度假区)

笔架山:古道拾级,探秘绿野仙踪

在惠安,笔架山风光是挑战性较强的山野徒步路线,从杪椈谷景区出发,一路爬坡而上,途经杪椈林、半山观海亭,最终登顶笔架山主峰,路线较陡,适合有徒步经验的爱好者。笔架山是惠安县海拔最高的山峰,山顶三峰相连,犹如笔架,由此得名。沿途保留着3条带着东晋遗风的古石阶,蜿蜒曲折,砌有石阶1750级,通向峰顶的笔架寺,是惠安县最长、保

存最完好的古石台阶。山路间分布奇石景观,硕大的石头错落堆叠,形态各异,登高远眺,视野豁然开朗,山野风光尽收眼底。沿途的杪椈林,也是笔架山的一大亮点,作为古老的蕨类植物,杪椈亭亭玉立,枝叶繁茂,穿行林间,仿佛闯入了绿野仙踪的童话秘境。

市民小芳不久前刚体验完这条线路,她直言一路都被春天包围。“路边

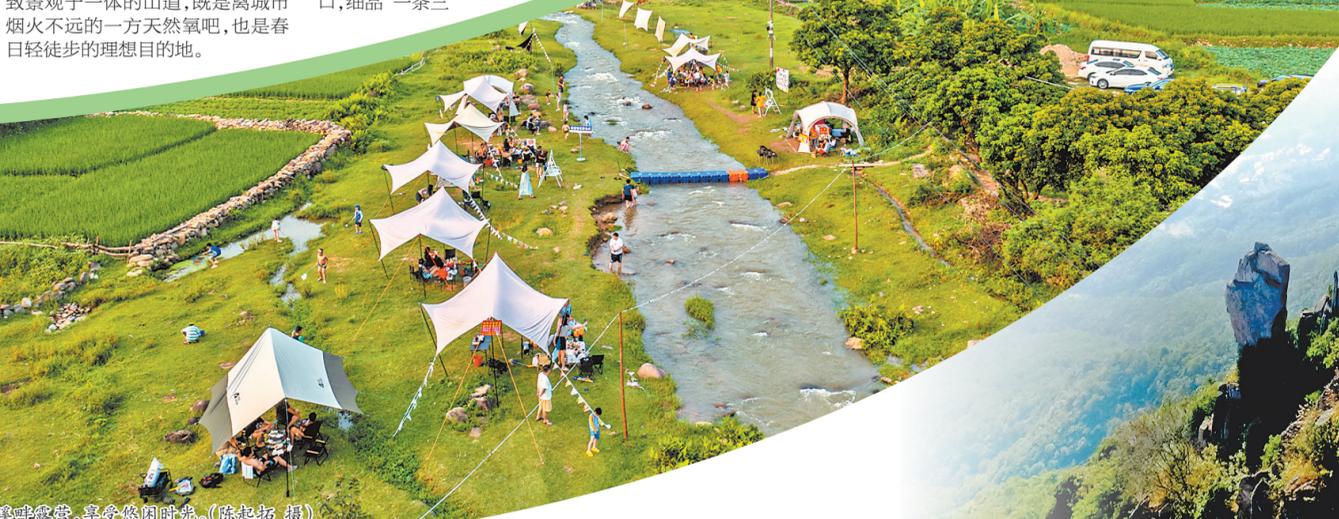
开着很多小野花,紫色、黄色、白色都有,一路还有鸟鸣相伴,特别治愈。山顶视野很开阔,紫山镇的田野、村庄、水库都能一眼望尽。”她推荐一日美好行程:上午徒步登顶,中午到山下农家乐品尝地道农家菜;下午在水库边露营,享受悠闲时光。返程前,不妨带上紫山镇特产——酸甜不腻的余甘蜜饯,无论是自留解馋,还是馈赠亲友都十分合适。

凤山绿道:穿行画卷,畅享茶乡慢生活

在安溪凤城镇核心区,一条绵延的凤山绿道,宛如绿色飘带环绕城区。它西起凤城镇弥勒广场,东至参内溪头宫,全长8.1公里,以线串珠,有机串联了凤山书院、凤山森林公园、弥勒广场、廖长官纪念馆、城隍庙、刘铸陵园、普陀寺等多处景观,仿佛自然与人文交织的诗意画卷。这条集绿色生态、休闲健身与精致景观于一体的山道,既是离城市烟火不远的一方天然氧吧,也是春日轻徒步的理想目的地。

春日里徒步凤山绿道,梨花、黄花岗、桃花次第绽放,亭台楼阁与奇石相映成趣,移步换景,处处皆可入画。沿途还设有清隐驿、蓝溪驿、凤起台等服务休憩点和观景打卡点,走累了便可择一处歇脚,静赏山间风光,感受自然气息。绿道深处,还有茶馆可供小坐,泡上一杯地道的安溪铁观音,轻啜一口,细品“一茶三

香”的醇厚韵味,再佐以精致茶点,伴着四周的林木葱茏,清风徐徐,让徒步后的身心在此间彻底放松。



露营休闲,享受悠闲时光。(陈起拓 摄)

石牛山:空中览胜,看尽竹海飞瀑

德化石牛山,也是春季泉州徒步的好去处,主峰海拔1782米。在攀登途中,游客可见独特火山地貌。来此徒步,既能锻炼身体、舒展筋骨,也能在山野间舒缓压力、治愈身心。

来自厦门的博主“西漫漫”分享了自己的徒步体验:乘坐全长7168米的石牛山大家道上山,沿途可将石林竹海环绕、壑深沟险、飞瀑高悬的壮阔奇景尽收眼底。下索道后,她换乘景区公交前往主峰,约30分钟便成功登顶。下山途中,还能打卡热门的“天空之心玻璃观景台”。全透明的观景台悬空于崖壁之外,脚下是深谷,奔流而下的岱仙瀑布与满山青翠清晰可见。

在她眼中,这是勇敢者才能邂逅的春日图景,克服恐高心理站在这里,便能真切感受“人在空中走,景在脚下游”的奇妙境遇。

徒步之余,这里还藏着多元的春日玩法。游客可泛舟于岱仙溪水间,穿一袭汉服、撑一把油纸伞,在竹筏上定格唯美倩影;山间苔藓绿植遍布,亦是家庭带孩子探索自然、感受野趣,实现“玩中学”的天然课堂。待一场春雨过后,石牛山进入云海高发期,山间云雾缭绕,如梦似幻,为山林增添几分仙气。岱仙瀑布也随之迎来丰水期,届时飞流直下、气势恢宏,将“华东第一瀑”的壮观展现得淋漓尽致。在细雨中探访山水,也别有一番韵味。



市民、游客在泉州清源山老君岩前驻足打卡。(郑银杰 摄)

石牛山玻璃观景台与岱仙瀑布。(本报资料图片)

相关链接

出发前做好这些准备

春季徒步强度适中、门槛不高,既能亲近自然、欣赏春日美景,又能温和锻炼身心,助你摆脱春困的困扰。不过,在出发前,应做好充分准备,才能让这场山野之约更加从容安心。

●装备先行 步履从容

徒步时建议穿着舒适耐磨、便于活动的衣裤,搭配防滑徒步鞋或轻型户外鞋,行走更省力,能更好地保护双脚与膝盖。春季天气多变,气温起伏不定,建议备上一件冲锋外套,关键时刻能防风保暖,应对突如其来的降温。

登山杖、护膝、指南针、充电宝、防晒帽、墨镜、垃圾袋、创可贴和绷带等日常装备也不可或缺。山区蚊虫较多,别忘了做好防蚊措施。充足的饮用水、轻便的能量补给同样必不可少。

●预防先行 安全第一

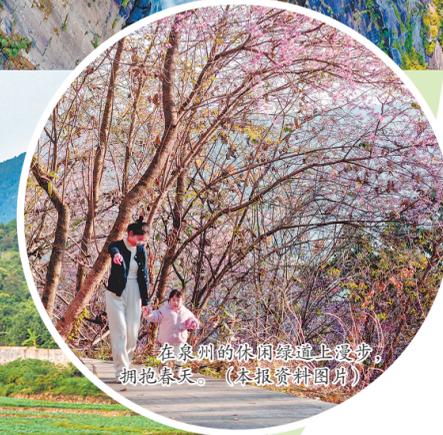
春季阳光明媚,紫外线强度渐增,容易诱发日光性皮炎,户外徒步时,要做好防晒,避免皮肤晒伤或过敏。

在行走和攀爬时,应注意保持正确姿势,减少关节承受的压力与冲击,尤其要保护好膝盖。山野徒步,谨记“走路不看景,看景不走路”,时刻留意脚下路况,谨防磕碰摔倒。

饮食卫生也不容忽视。尽量不喝生水,不随意采摘、食用野菜野果。建议携带真空包装食品,自制食物务必煮熟煮透,确保食用安全。

●文明先行 无痕山野

山野之美,需要每一位徒步者共同守护。请勿采摘或损毁沿途植被,将美景留给更多人欣赏。途中产生的垃圾请随身带走,以实际行动践行“无痕山野”的约定,做一名文明徒步者,让青山常在、春意长留。(整理:洪娜娜)



在泉州的休闲绿道上徒步,拥抱春天。(本报资料图片)

惠安笔架山较陡峭,适合有徒步经验的爱好者。(本报资料图片)