

在天然空调里游玩这些山



游山玩水，吃山间野味，顺带叹天然空调。夏季的山地旅游，自带清凉气质，前提是：只要选对一座山。

根据早前发布的一份国内山地旅游消费报告，国内人气较高的山地旅游目的地包括安徽黄山、四川峨眉山、桂林山水、舟山普陀山、吉林长白山、湖南衡山、山西五台山、四川青城山、西岭雪山以及江西三清山等地。除了天然的避暑条件和形态丰富的山地景观，各山地景区附带的特色民俗文化以及地方特产、美食，都是吸引游客的综合因素。

今年夏天，可以选一座山，叹一番清凉美意。

洛阳老君山 推荐理由：夏天平均气温20℃

老君山位于洛阳市栾川县城东南三公里处，是秦岭余脉八百里伏牛山的主峰，最高海拔2200余米，山上夏天平均气温仅20℃，走在山风吹拂的山间，甚至会忘记正身处夏天，丝丝凉意沁人心脾。

老君山作为伏牛山国家地质公园

的核心景区，拥有独特的“滑脱峰林”地貌和壮观的石林景观群。位于西峰峡谷之内的追梦谷水源充沛，植物茂盛，号称三步一潭、五步一瀑，适合花样玩水。十里画屏作为老君山自然风景的代表，入口处的青云洞堪称亮点——清凉的山风形成天然的大空调，洞内潮湿寒冷，建议披一件外套再游玩。

老君山自北魏以来，是周边各郡香客朝拜的要地，山顶的大清观历史悠久，始建于北魏，是山上人文古迹的代表。

承德雾灵山 推荐理由：京郊避暑胜地

国家级自然保护区雾灵山位于河北省承德市兴隆县境内，是京郊有名的避暑胜地。

山上森林覆盖率达93%，主峰为燕山山脉主峰，海拔2118米。雾灵山空气清新，凉爽宜人，最热季节平均气温也只有17.6℃，最高气温不超过28℃，在动不动就飙升到40℃高温的北京，俨然是一股远郊的清流。

雾灵山旅游开发成熟，每年夏季都吸引着众多游客前往避暑度假。山上以森林景观为主，到处是苍山奇峰、清溪碧潭，还分布着一些文物古迹，主要景点有仙人塔、五龙头、龙潭景区和清凉界。

吉林长白山 推荐理由：凉意习习，消暑最佳

号称“关东第一山”的长白山与五岳齐名，这里在冬季是著名的滑雪胜地，到了夏季7~9月，则变成一片凉意习习的绿色海洋——海拔800~1200米的北坡、西坡、南坡，气温在10℃~22℃之间，海拔1800米以上的主峰及天池，最低气温可低至5℃，简直不可思议。而七月正是长白山花开成海的季节，中山区和高山区各种野花竞相开放，如绽放的星斗集结成银河，密密地铺在草甸上，极为壮观。

奔腾不息的长白瀑布是避暑游客的最爱，瀑布高达68米，夏季水势浩大，震撼人心。夜晚游毕天池，在山脚下的二道白河小镇住下来，沿着二道白河散散步，更是小镇独有的安静浪

漫消暑时刻。

黑龙江凤凰山 推荐理由：夏日举家避暑胜地

坐落在地球北纬45度黄金旅游带上，隶属黑龙江省五常市山河屯林业局的凤凰山，有地球同纬度上“绿色明珠”之美称，是哈尔滨人夏季举家避暑度假的热门目的地。

凤凰山景区总面积5万公顷，海拔1000米以上的山峰多达89座，主峰海拔1696米，是长白山脉张广才岭之首，为黑龙江第一峰。这片高纬度的山林夏季雨水充足，生长着许许多多的草木和动植物，徒步上山不仅格外清凉，还能邂逅红松、水曲柳等珍贵的植物，认识人参、天麻、龙胆草等名贵药材，偶尔还能碰上松鼠、猞猁、马鹿等可爱的东北野生动物。

七月的凤凰山犹如一座大花园，百花齐放，云雾飘渺，宛如人间仙境，山间更有清凉无限的大漂流。

空中花园是凤凰山的景观节点，可在峰顶感受“龙江第一峰”的壮丽。

(据《羊城晚报》)

