

假日背起行囊——这个端午，注定是个精彩难忘的假日！

亲历风情万种的端午民俗

端午节假期虽短暂，但却可以过得有滋有味——各地精彩的端午民俗活动让人目不暇接：赴湖北东湖感受最传统的端午文化，到湘西凤凰抢鸭子，在重庆武隆亲自上阵划龙舟，观赏杭州西溪的“龙舟胜会”，逛浙江嘉兴的子胥庙会……

●湖北东湖：带你感受最传统的端午文化

端午找乐子：端午话屈原，则不妨一游诗人故里楚地，在气氛浓郁的端午感受地道的楚文化。今年的武汉东湖端午文化旅游节，除了两大龙舟赛事，还有更具娱乐性的包粽子大赛以及荆楚特色民俗节目。这可是感受正宗楚文化、端午民俗的好机会。

推荐玩法

湖北与端午节有莫大的渊源，武汉则在近几年都举办盛大的端午纪念活动。而在今年，第六届武汉东湖端午文化节于5月28日拉开帷幕，活动持续10天，6月6日结束。

武汉东湖端午文化旅游节，是展示楚文化、端午民俗的一场文体盛宴。在湖北，龙舟竞渡有着特别的意义——象征着把爱国诗人屈原英魂迎归故里。人们在划龙船时，有唱龙船歌助兴的，词曲根据当地民歌与号子融汇而成，歌声雄浑壮美、扣人心弦。今年，武汉东湖的听涛风景区，将于端午文化节期间举办第三届湖北龙舟大赛——大赛采取22人制龙舟和12人制龙舟两种，800米直道竞速。届时，不仅上演龙舟大赛，还会举办百粽宴、绘彩蛋、赛诗会、独竹飘民俗表演等一系列体育文化活动。

除了赛龙舟，还会举行另一个传统项目包粽子大赛。旅游节期间，将每天现场组织市民参与趣味包粽子大赛，看谁包得多、包得靓。

说到湖北的端午活动，怎能少了端午祭祀仪式？6月4日端午节当天，端午祭祀活动将在东湖听涛屈原纪念馆屈原像前进行，想感受传统端午祭祀文化的朋友不可错过。

在今年的端午文化节活动主舞台上，每天都有两场大型楚舞楚乐歌舞文艺演出，由专业演员表演荆楚特色民俗节目。现场还有武汉汉服团体辛卯年端午祭、屈原文化与时代精神论坛等文化活动。

活动期间，还会有儿童赛诗会、“祭屈原，划龙舟”儿童古礼祭祀、儿童民俗体验等各项充满古风古韵、适合儿童参加的活动，可谓寓教于乐，让小孩子也能过个有趣、有意义的端午节。

出游小贴士

美食：畅游东湖后，可在景区附近的餐饮店就餐。武昌鱼、橘颂饼等武汉美食，都是餐桌上必不可少的佳品。

住宿：东湖风景区内外有各类档次的宾馆、酒店可供游客住宿。

交通：东湖风景区地处武汉市城区，市内有多路公交车到达东湖风景区，景区内配有索道、电瓶车等特色交通工具。

●重庆武隆：

高山草原叹美景，亲身上阵划龙舟

端午找乐子：炎炎夏日，不妨趁着端午假期奔向避暑胜地享受一个最凉爽的假期。端午节期间，重庆第七届芙蓉江龙舟锦标赛开赛。游客不仅能够免费进入赛场江边现场观赛，还能亲自上阵划龙舟、包粽子。

推荐玩法

6月初，从步入武隆仙女山开



▲包粽子，感受端午传统文化



▲秭归仍保留着传统“游江招魂”的纪念仪式。



▶坐上小船放眼沱江两岸，一座又一座的吊脚楼会向我们涌来。

始，仿如告别了夏季，迎来满目春天般的翠色和生机。平均海拔有1900米的武隆仙女山国家森林公园、33万亩的森林与10万亩的草场形成一个天然的巨型“氧吧”。

之后可以在仙女山下乘观光船，畅游碧玉流翠的芙蓉江，或者凌空速滑芙蓉江，一览芙蓉江上盈盈翠色。探访地下艺术王国芙蓉洞，抑或探险武隆龙水峡地缝，看银河飞瀑、九滩十八潭，揭秘天坑三乔，欣赏震撼的喀斯特奇观。

端午假期，重庆唯一一龙舟锦标赛——第七届芙蓉江龙舟锦标赛将于6月3日开始。普通游客不仅能够免费进入赛场江边现场观赛，还能亲身上阵，参与划龙舟、包粽子等趣味活动，过把赛龙舟的瘾。

出游小贴士

美食：武隆特产羊角豆腐干、羊角老醋、晶丝苕粉、牛肉干、蕨粉等都值得一试。

交通：重庆到武隆距离约为180公里，车程约2.5小时。到朝天门汽车站可以搭乘到武隆的汽车。

●浙江嘉兴：

体验端午民俗，寻觅南湖美景

端午找乐子：到嘉兴参加端午民俗文化节，除了看龙舟赛、吃粽子，怎可错过逛那民俗风情浓郁的子胥庙会呢？

推荐玩法

嘉兴被称为“粽乡”，特产“五芳斋”粽子，享有“粽子大王”的美誉。今年到嘉兴过端午节，除了能品尝到“粽乡”最地道的裹粽外，还可以到6月3日至7日举行的“嘉兴端午民俗文化节”凑凑热闹。本次文化节期间，将举办南湖竞渡、“五芳斋杯”浙江省首届体育社团运动会龙舟赛、嘉兴市第七届运动会龙舟赛等一系列的丰富活动。

除了观看龙舟赛事，还可以逛逛子胥庙会，参加端午祭、诗词吟诵会、童玩会、美食会等民间庙会活动，尽情体验嘉兴的端午民俗文化。此外，活动期间，还有现场书画表演、两地民间艺人的绝活表演，来自全国30多支队伍的龙舟赛也将齐齐亮相。

来到嘉兴，别忘了游览嘉兴的“城市名片”之一——南湖。游览南湖从烟雨楼开始，乘渡船来到湖心岛，著名的烟雨楼便屹立眼前。这里的园林建筑古朴典雅，石路曲径

通幽，回廊串联着各个院落。回廊与厅堂内保存着历代文人墨客的手迹，如米芾、苏轼等。在烟雨蒙蒙之时，南湖景致更别具风韵。在南湖，还有闻所未闻的“水上书店”：书船。船家将书装于船上，然后出售。船上设有书客专舱，两侧置书架，陈设多种书籍，中间设书桌与木椅，供购书者享用——如此风雅景致，让人流连忘返。

出游小贴士

美食：“五芳斋”粽子、南湖蟹、文虎酱鸭、余新蜗牛、平湖糟蛋、西塘八珍糕等等。除此之外，还有其他嘉兴特产，如桐乡杭白菊、海宁榨菜、卤味制品等。

交通：可乘坐火车到嘉兴站，或在上海、杭州乘坐沪杭客运专线。

●湖南凤凰：

划龙舟、抢鸭子，领略古城风韵

端午找乐子：看腻了传统龙舟赛，这个端午，到湘西凤凰欣赏别具地方特色的划龙舟与抢鸭子是个不错的选择。泛舟沱江，信步老街，畅游苗寨，尝遍湘西美食，尽情体验古城风韵。

推荐玩法

每年端午节，凤凰古城都会举行龙舟竞渡，一般前后3天，是一年凤凰人最隆重和最热闹的事情。比赛场地在凤凰古城沱江回龙阁繁华地段，比赛当天每个苗寨寨子都会派出最精壮的汉子参加竞渡，河里游弋着几条龙舟，称之为红龙、黄龙、白龙和乌龙。

端午赛龙舟最有意思的要数抢鸭子了。比赛结束时，主办方会从虹桥、吊脚楼、船上放出很多鸭子。一时人声鼎沸，参赛者从各处将船划到跟前，跳下水抢鸭子。两岸的不少游客也纷纷跳入河中，各显本领捞鸭。凤凰的传统是抢到的鸭子归自己，之后用来做美味的鸭子大餐。

凤凰古城是国家历史文化名城，更多人知道凤凰是从沈从文开始的。到了凤凰，一定要去沈从文的故居感受旧日情怀。泛舟沱江，坐上小船，听着船公的号子，看着两岸已有百年历史的土家吊脚楼，别有一番韵味。

出游小贴士

美食：土家鸭子、香干、腊肉、山笋、沙锅炖狗、米豆腐、血耙鸭、

炒鸭脚板、红烧肉、腊肉、米线、臭豆腐、姜糖。

住宿：在凤凰古城，推荐住宿沱江边的家庭客栈，不仅价格便宜，还可在清晨眺望沱江风光。

交通：武广高铁广州南站至长沙南只需要2.5小时车程，长沙汽车西站到凤凰古城直达汽车要5小时。

●三水南丹山：竹排竞渡，别样端午

端午找乐子：今年端午节，南丹山举行首届竹排大赛，推出“五黄”端午养生大餐，游客可以观赏竹排大赛，品尝“五黄”大餐，体验别样的端午节！

推荐玩法

南丹山位于三水境内，坐拥壮美北江和婉约漫江，一派绝美的山水风光。今年南丹山将举行首届端午竹排大赛。可以一个人参赛，也可以一家人参赛。

竹排一字排在河道里，站在竹排上，平衡好身体。随着主持人一声令下，参赛者力点竹竿，竹排飞奔而出。错落的山峰、碧波荡漾的水面、一个个竹筏构成了端午最美的风景。

除了竹排竞渡、旱地龙舟之外，南丹山还将举行“两百亩花海赏花浪漫游”、“夏日亲水消暑游”、“夏日水果节与家庭采果大赛”等一系列主题旅游活动，让人应接不暇。

出游小贴士

美食：景区餐厅将在端午推出“五黄（黄瓜、黄鳝、黄鱼、咸鸭蛋、雄黄酒）吉祥如意餐”，具有养生功效。

交通：游客可走广三高速，在三水出口驶出后右转南丰大道，到三水大塘镇，后经油金大桥、三水南山镇，最后到达南丹山风景区。

●顺德长鹿农庄：

观龙舟争霸赛，品“天下第一粽”

端午找乐子：想过一个有着浓郁岭南水乡风情的端午节吗？顺德的长鹿农庄是一个不错的选择。在长鹿农庄，可尽情观看精彩刺激的龙舟夺金粽争霸赛，品“天下第一粽”，泼龙舟水狂欢，玩刺激尖叫的机动游戏，看亚洲最大的四维动感环幕电影——这个端午绝不枯燥乏

味！

推荐玩法

端午还未至，长鹿农庄就已经散发出浓浓的端午文化味。装扮一新的参赛龙舟停泊在湖面上，颇有“门泊东吴万里船”的气势。

今年的“龙舟竞渡夺金粽”锦标赛将在6月6日举行。活动当天，龙舟将如同蛟龙般破水而出。精壮的岭南汉子们穿着传统的龙舟竞赛服装，严阵以待。当锣鼓声响起，参赛龙舟将穿越层层障碍，闯过“合力夹粽”、“解救同伴”、“绳索障碍、狂风暴雨”三关后开始进入“夺金粽”之旅。

拿到金粽后，参赛团队还必须合力划船到终点处的棚架处，爬上5米的牌坊，将两只粽子拴在指定挂粽处，滑下竹竿并敲响铜钟，完成整个赛程。

此外，长鹿农庄还将收集来自全国不同地区的粽子，展示粽子文化。游客可尽情品尝全国各地的粽子。重头戏当数精心制作、有一层楼高的“天下第一粽”。仅配料就达80多种，味道独特。

出游小贴士

美食：即摘即煮顺德农家菜，品尝全国各地的粽子。

住宿：临水而建、果蔬满园的超五星级湖居。白天，天鹅悠然于湖中；静夜，伴着水声，耳闻田园夜曲入睡。

交通：游客可从广深高速转广珠西线，在碧江站出口，经碧江路，在三洲收费站前30米右转入辅道，到达长鹿农庄。

●湛江：龙舟闹海庆端午

端午找乐子：如果看腻了千篇一律的传统龙舟赛，又不想放弃感受端午气氛的机会，那么湛江那别开生面的海上龙舟赛将带给你新的体验。此外游览湛江的各个美景，品尝生猛海鲜，则是必备的配角。而海的韵味，将是贯穿全旅程的一道风景线。

推荐玩法

湛江的海上龙舟赛已有400多年的历史。从2007年开始，湛江市每年都会在金沙湾观海长廊海域举办“中国湛江国际龙舟邀请赛”。今年，湛江市将在6月6日举办该邀请赛，邀请来自湛江本地和海内外的15支龙舟队伍参赛。届时，观众将欣赏到气势磅礴、充满激情的海上龙舟赛。

湛江的海上龙舟赛与国内其他的地方龙舟赛相比可谓与众不同——波澜壮阔的大海、清新凉爽的海风、激情奔放的龙舟竞技，再加上振聋发聩的锣鼓声、欢呼声，就连观者也能全身心投入，释放热情。

来到湛江，当然不能只把注意力放在龙舟赛上，湖光岩、东海岛、海岸白沙湾等景点都是必去之地。

出游小贴士

美食：湛江盛产海鲜，来到湛江不得不尝尝这里的海鲜美味。湛江白切鸡、沙虫汤、沙螺汤，让人垂涎欲滴。

住宿：湛江住宿比较方便，价格便宜。驴友们可以根据行程、预算，选择合适的酒店住宿。

交通：乘坐火车到湛江火车站或湛江西站，也可乘坐长途客车。

（《羊城晚报》）