

初夏且行且停,邂逅最撩人的浙江绿道

本报综合报道

微风暖阳里,漫游在蜿蜒绵长的绿道上,头顶是蓝天白云,近处是洒满阳光的溪涧,远处是红黄绿交织的多彩浅山,确实是初夏里一大乐事。慢跑和骑行,可以算得上是实在且最主流的运动方式了。每逢周末或者闲暇时,都会有成群的朋友驾车前往各条我省绿道骑行、慢跑。

虽然马上又要大雨倾盆,但可以先收好这波浙江绿道汇总信息,天气放晴就和跑友、骑友们约起来。

杭州临安·青山湖环湖绿道 像一块碧玉镶嵌在群山中

行走在青山湖环湖绿道之中,看那倒映在碧波荡漾的河面,如同一幅静止的美丽画卷。在青山湖中生活着几百种野生动物,如果运气好,你还可以看到成群的白鹭在水中嬉戏。



绿道临湖而建,拥揽了整座公园的绝美春色。还贴心地设立了风格迥异的驿站、观景台和钓鱼台,更添一抹娱乐的新鲜感。

地址:杭州市临安区青山湖街道青山湖国家森林公园内



杭州淳安·环千岛湖绿道 被浪漫包围的世界

千岛湖的春天,清新地仿若一株出水芙蓉,浪漫地仿若一道绯红彩霞。这条环千岛湖绿道长150公里,从淳杨线至千汾线,根据千岛湖滨水岸线蜿蜒逶迤的地理特色而建,傍山临水,道路两旁绿树成荫。

来过千岛湖的人,都会爱上骑行。穿越隧道,绕过湖边,跨过千岛湖大桥……一步一风景,一地一风情,让每个骑着单车走过的人都会被它沿途的魅力所俘获,忍不住停下脚步去一探究竟。

地址:杭州市淳安县千岛湖淳杨线至千汾线;路线建议从千岛湖广场—千岛湖大桥—梅峰摄影点—界首乡—姜家镇—芹川古镇—汾口驿站

湖州德清·余英溪绿道 绿肺中的红色脉搏

绿道伴随着余英溪蜿蜒而行,她犹如一条连接康乾新区的“红色”脉搏,穿过湖滨公园、英溪公园、余英坊以及速生杨林,连接了下渚湖绿道。

下渚湖四季分明,风景如画。不妨趁着现在,来这片带着一股子清新灵气的江南水乡的深处,散散步,钓钓鱼,找找稀有的朱鹮,安逸淡泊,慵懒一整天。

门票(供参考):下渚湖湿地风景区80元/人,含船票

地址:湖州市德清县兴康北路至双山路



丽水景宁·畚乡绿道 寻找浙南的“山谷绿”

放眼望去,蓝天底下,山是绿的,水也是绿的。小溪两岸,山岭绵延,峰峦叠翠,几乎看不到一处裸露的山体。这条位于景宁的畚乡绿道,坐拥一路的青山秀水和鸟语花香,连空气都是湿润清甜的。

绿道宽2到4米不等,路面铺彩色沥青或木板,十分平整,临水一面建有栏杆。每隔三五里就有一座驿站,旁边有一两座仿古小木屋,配以廊屋、凉亭,显得古朴典雅。在接近半程的地方,还有一处具有畚乡特色的廊桥,这藏在山谷里的畚乡风情才是它最迷人的地方。

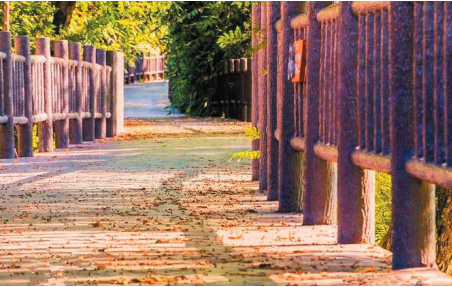
地址:丽水市景宁畚族自治县大均乡鹤溪溪口

温州平阳·南雁蒲潭绿道 家门口就有诗和远方

在雁荡山的光环之下,南雁荡一直以来是一个低调而华丽的存在。蒲潭绿道便是南雁荡山绿道网的一部分,11.8公里连接了南雁荡山周边的村落。放眼望去,古老村庄、森林公园、历史文化遗迹随着蜿蜒的游步道依次呈现,拉近了人与自然的距离。

如果说雁荡山胜在雄浑壮阔,南雁荡山则胜在默默绽放的寂寞。缓步穿行在翠色的山林间,或坐看枝叶摇曳、避世偷闲,仿佛时间也会流淌得慢一些。

地址:温州市平阳县西部南雁镇



宁波·东钱湖环湖绿道 宁波人的后花园

东钱湖由谷子湖、梅湖和外湖组成,面积相当于杭州西湖的四倍,衬上它缥缈旖旎的自然风光,素来被赞为“西子风韵、太湖气魄”。在连绵不绝的青山环抱下,东钱湖的湖色风光被映衬的格外美。一条白堤把如翡翠般沁绿通透的湖水一分为二,一面波浪翻滚,一面静如止水。

闲暇之余,宁波人来东钱湖边散步骑行、郊游野餐是再寻常不过的事了。像东钱湖这样的湖光山色,尤其适合踩着单车悠悠而行。

门票(供参考):进入东钱湖旅游区免费,沿湖部分景点收费

地址:宁波市鄞州区东钱湖镇



纵情古村古道与古堰,“莲都100”即将开跑

本报综合报道

本周六,2019莲都100越野赛,即将在丽水市莲都区古堰画乡的星空草坪鸣枪开赛。设有80km、60km、36km、10km四个组别,共有来自法国、俄罗斯、德国、新加坡和20个省(市、自治区)的一千多名运动员参加。

“莲都100”越野赛是国内越野赛中的新生力量。自2018年首次开

赛,其以风光秀丽的赛道、深厚悠久的历史文化底蕴,在众多越野跑赛事中“脱颖而出”。此次赛事起终点设置在古堰画乡,古堰画乡以堰闻名,以画为魂,以生态为根,是八百里瓯江最璀璨的明珠。赛道集村、山、水、景于一体的“吸氧洗肺”,充分利用莲都得天独厚的山地资源,横跨大港头镇和峰源乡,串联风光

奇秀的古堰画乡和八百里瓯江最瑰丽河段。

同时,赛道大多为通村古道,路况比较平缓,没有特别难走或者陡峭的地方,赛道经林业部门多次修整后更加适合奔跑。除此之外,今年的赛事也是特色满满。首先,新增80公里组和体验10公里组,既满足了渴望纵情山野、挑战自我的选

手又可以让新晋入门选手有更好的赛事体验,共同感受丽水莲都的山水特色和节奏。

值得一提的是,“莲都100”加入ITRA积分认证,让有志于参加国际级UTMB比赛的选手提供强有力的积分和经验支持。相约5月,古色古香的赛道将带你充分体验莲都的良好生态和美丽风光,不可错过。