



紫鹊界梯田



芙蓉镇瀑布



边城风貌



桐子坳粉黛乱子草



三联峒铁索桥



石牛寨玻璃栈道

■本报记者 颜玲玲

国庆七天长假到手，你的旅游行程规划好了吗？

据预测，今年全国国庆旅游有望达到近8亿人次。哪些景点既能避开人山人海，又能不逊此行？不妨听听业内人士怎么说？

“近期很多市民前来咨询，希望举家出游，过一个轻松惬意的长假。”衡阳万里旅行社经理陈路华告诉记者，不想舟车劳顿、人挤人，应避免去热门城市、网红景点。“清新山水游和闲适古镇游就是不错的选择。”陈路华介绍，我市周边地区的郴州九龙江森林公园、娄底紫鹊界梯田、永州桐子坳花海和湘西边城等景区，可跟团可自驾，两三天行程搞定，除饱览金秋十月美景外，因为人少景美，旅游舒适度也极高。

景色杠杠的小众景点还有哪些？一起来看！

A 省内游

1.娄底

三联峒

三联峒被喻为“湘中最后的秘境”，以山奇、水秀、谷深、路险闻名。最高峰海拔1560余米，景区有冰泉峡、观音谷、原木天梯、龙脊峰、镂空铁索桥、揽月道、文房谷、冰泉湖、天生百丈观音、古战场遗址、华山道、百米瀑布等奇特景观。

体验：对体能和胆量均有一定的挑战性，如果你富有冒险精神且意志坚韧，可以一试。

打卡地：娄底市新化县维山乡四都村神象山内

紫鹊界梯田

紫鹊界梯田起源于先秦，盛于宋明，已有两千余年的历史，最早为苗瑶两族祖先开创，是南方稻作文化和苗瑶山地渔猎文化交融揉合的历史遗存。最高海拔1585米，总面积120平方公里。田高处无任何山塘、水库，但山高林密，梯田依靠森林植被、土壤、田埂综合形成储水保水系统，洪涝无忧，堪称人类伟大的水田工程。

体验：金色梯田与周边岱山辉映，色彩鲜明，任何角度成像都如画卷，爱摄影的你心动了吧。

打卡地：娄底市新化县水车镇

新化其他景点：梅山龙宫、龙湾国家湿地公园、大熊山国家森林公园、罗盛教故居、苏溪湖等

2.永州

零陵古城

一座在千年古道上永不落幕的黄金驿站，重现零陵千年古集市的繁华，演绎古零陵悠久的市井文化、商帮文化和通衢文化，两道、五街、七巷、八广场、二十四故事景点，景区内设有牌坊、廊亭、戏台等景观，形成穿街过巷、文旅一体的游览线路。

体验：古戏台、悠长老巷、街头歌手、满街汉服，均可满足你对古城的所有向往。

打卡地：零陵区潇水河畔萍阳南路

桐子坳粉黛乱子草

桐子坳景区80亩粉黛乱子草，远看如红色云雾，仙气十足，呈现出浩瀚如烟的粉红海洋。

打卡地：郴州市汝城县大坪林场内

郴州其它景点：苏仙岭、东江湖、高椅岭、

粉黛乱子草又名毛芒乱子草，系多年生暖季型草本植物，花期8月至11月，花穗呈云雾状，随着白天到傍晚光线和色温的不同，花穗会呈现出不同的色彩，视觉冲击力极强。

体验：在这里随手一拍，满屏都是风情和浪漫。

打卡地：双牌县茶林乡阳明山脚下

永州其他景点：阳明山国家森林公园、舜皇山、濂溪故居、九疑山舜帝陵等

3.岳阳

洋沙湖五彩花田

视野里600亩洋沙湖五彩花田，色彩鲜明浓艳，辅以花艺园艺等表现手法，美得简单又奔放。放眼望去，成片的长春花、连绵的粉黛乱子草、金黄的波斯菊海等随风摇曳，任何角度，相机、手机咔嚓一声，就是一张羡慕朋友圈的海报。

体验：满鼻的花香，浓艳的色彩，连空气里都是爱情的味道，将妥妥地为你的恋情加温。

打卡地：岳阳市湘阴县袁家铺镇洋沙湖国际旅游度假区

石牛寨

石牛寨由怪石、奇峰、石洞组成丹霞地貌特征，方圆10余平方公里，古为军事要地。寨内景点众多，其中，建在180米高悬崖上、最大荡幅达180度的悬崖秋千、“步步惊心”的隔空步道、一眼望到崖底的玻璃桥等，令人“多巴胺”飙升！

体验：如果你的心脏足够强壮，网红摇桥、悬崖秋千、玻璃廊桥每一处都会令你嗨到尖叫。

打卡地：岳阳市平江县大坪乡境内

岳阳其他景点：洞庭湖、君山、岳阳楼、纯溪小镇等

4.郴州

九龙江国家森林公园

森林公园分为九龙觅仙、九龙戏水、九龙奇岩、九龙飞瀑和热水温泉五大景区，自古就有“四面青山列翠屏，草木花香处处春”之美誉。热水温泉为华南地区水温最高、流量最大、水质最好的天然温泉。境内存有湖广古驿道、古炮楼等遗址。此外这里还可以体验瑶畲风情和水幕玻璃栈道。

体验：卸下城市的喧嚣，在自然山水中吐故纳新，荡涤身心，再泡个暖暖的“汤”，此行甚是惬意了。

打卡地：郴州市汝城县大坪林场内

郴州其它景点：苏仙岭、东江湖、高椅岭、

国庆出游担心“人从众”？

这些人少景美的地方等你“打卡”

B 省外游

1.广东韶关

丹霞山

丹霞山是世界“丹霞地貌”命名地。由680多座顶平、身陡、麓缓的红色砂砾岩石构成，“色如渥丹，灿若明霞”，以赤壁丹崖为特色。尤其让人称奇的是这里拥有世界上独一无二、貌似神凝的阳元石、阴元石、双乳石、睡美人等景点，又使丹霞山有“天然的性文化博物馆”“爱情山”之称。

体验：性图腾如此赤城坦荡，观者虽神态各异，然内心最终油然而生对大自然的敬畏和谦卑。

打卡地：广东韶关市仁化县境内

韶关其他景点：南华寺、南岭国家森林公园、韶关乳源等

(以上旅游景区景点详情请咨询衡阳万里旅行社 0734-8267000陈经理)

2.广西兴安

猫儿山

猫儿山位于广西兴安县，距衡阳300公里，因峰顶形似俯卧着的巨猫，故名猫儿山。主峰海拔2141.5米，号称“五岭绝首、华南之巅”。猫儿山是著名的漓江、资江、浔江的发源地，连接着长江、珠江两大水系，是桂林山水的“命根子”。猫儿山“一山有四季，十里不同天”，自然景色秀丽壮观，秋季正是红叶满山、野果压枝的时候，令人赏心悦目。

体验：登顶华南第一高峰，追溯漓江之源，观日出、云海等一次搞定。

打卡地：广西兴安县华江瑶族乡交界处

兴安其他景点：灵渠·水街风景区、乐满地、十里峡谷等

链接：出门旅游，这些景区别“愣闯”

携程发布的《2019国庆旅游全攻略》预测，十一长假，人气最旺的免费景区排行分别为西湖、天安门、外滩、洪崖洞、夫子庙、宽窄巷子、大理古城、三坊七巷、什刹海和东湖。

在历史景区上，故宫毫无争议夺得最高人气，而秦始皇兵马俑博物馆、南京总统府、西安城墙、曲阜三孔、八达岭长城、拙政园、黄鹤楼、颐和园和清华宫在人气上紧随其后。

在亲子乐园上，预计上海迪士尼人气最高，其余依次为长隆野生动物世界、上海海昌海洋公园、宋城景区、珠海长隆海洋王国、华谊兄弟电影世界、北京野生动物园、成都动物园、中华恐龙园和深圳野生动物园。

值得注意的是，今年国庆假期期间，部分热门景区只能在线订票。据统计，10大只能在线订票景区包括故宫、云上草原、拙政园、狮子林、黄果树景区、都江堰、峨眉山、青城山、大熊猫

繁育研究基地、黄鹤楼等。

另外，长江索道、秦始皇兵马俑博物馆、华山等景区也公布了十一黄金周的限流数据，如果当日游览人数达到限额，会立即停止售票。9月27日，“童话世界”九寨沟再次开园迎客，成为国庆旅游的黑马，目前在一些旅游平台上一票难求。需要提醒的是，目前九寨沟景区接待对象为旅行社组织的团队游客，暂不接待散客。景区每天限流5000人，超过最大限量，当日将不再接待游客。

从城市分布上看，今年“国庆旅游接待人气最旺十大城市”预计是：重庆、武汉、杭州、西安、成都、广州、北京、上海、南京、天津。重庆去年国庆接待游客超过3000万人次，今年有望继续成为接待游客量最多的城市。

此外，浙江、湖南、山东、甘肃等多个省份也出台景区门票降价或免费措施，各位出门前可以提前做好功课。



韶关丹霞山