开元心旅行

2026.09.16

贵州 连翘

阅读导览

踩线时间：2026.5.23-5.30

内容摘要

踩线时间：2026.5.23-5.30

主要内容

踩线时间：2026.5.23-2026.5.30

踩线人员：连翘

踩线区域：遵义、黔东南自治州、黔南自治州

行程：

DAY1 贵阳酒店

DAY2 香火岩（全程票）+修文二洞+穹岛天坑咖啡-乌江寨（及酒店）--宿遵义

DAY3 佛光岩（赤水丹霞旅游景区）-赤水大瀑布（赤水丹霞旅游景区）-丙安古镇--宿遵义

DAY4 海龙屯-十二背后（双河谷+银河洞飞拉达）-镇远古城夜景（新桥）--宿镇远古城

DAY5 镇远酒店-石屏山明长城徒步线（俯瞰镇远古镇最全视角）-老桥-铁道咖啡-开屯梯田-白岩村梯田--宿乌东苗寨

DAY6 朗德苗寨拦门酒-凯里酒店-都匀团山-荔波酒店--宿荔波

DAY7 酷玩森林大环线+悬崖咖啡-独山酒店--回贵阳

抵达贵阳首日

到贵阳考察完酒店后，浅逛了一下甲秀楼和白宫，甲秀楼附近各种吃的很多，我是5月下旬来的，正赶上蓝莓季的尾巴，街边很多卖水果的摊贩。贵阳是个有夜生活的城市，晚上灯红酒绿，街上车水马龙。端午前后即便白天会热，晚上的温度也还是能接受的。甲秀楼周边适合集合日去逛游。白宫嘛，打个卡就够了，不需要预留太多时间。

Day2 香火岩 — 修文二洞 — 穹岛天坑咖啡 — 乌江寨 | 宿遵义

香火岩是来之前我比较抱有期待的一个点，踩完之后还是有不小的心理落差。目前是归入“有点潜力”之列，短时间内用不了。香火岩的半程票29.9，走到补给点就结束，后半程再走会被铁门拦住；全价票39.9，需要提前联系景区人员去开门，才能走完下半段。

我们走了全程，9:40从景区门口出发，12:10到终点，这是一条单向游览线，两步路显示走了十二点多公里，鉴于两步路时不时会抽风，又结合了以往的香火岩的徒步数据，香火岩连上修文二洞全程徒步约8公里。除了瀑布的一小段上升之外，一路坡度平缓，没有很强烈的爬升感，徒步门槛不高，也遇到了很多组团徒步的游客。



（香火岩景区入口处）

核心景观香火岩瀑布距离大门仅1公里左右，是景区首个打卡点，很多人在排队等上桥拍照，30一张。旺季排队少说要二十分钟。这个点位需要用长焦拍摄，拍出来很出片。继续往下走，需要穿过瀑布，从瀑布下边钻两钻，走到坝上。香火岩的瀑布，和黄果树、赤水瀑布、佛光岩等一样，上边都是水坝。香火岩的优点是可以零距离感受瀑布，走在之字形楼梯上，手一伸就可以碰到瀑布。在里边看与听水势非常之震撼。但最好是带个雨衣，雨衣和沐浴露至少二选一吧。我两样都没带，所以既没有保护好背包，也没洗成澡。用雨伞凑合了凑合，衣服湿的不多，包的表面全是水。



（远看香火岩瀑布）

半程终点处，有一个补给点，卖一些现做的简餐。卫生情况不可言说，没什么人买。但是这里是有桌子凳子和顶棚的，方便自带食物来吃。

后边有两三公里比较无聊，没什么大爬升，植物生长很肆意，茂密杂乱，像个罩子罩在河滩上，只闻水声不见其形。途中的小飞虫太多，我实在不堪其扰。



（香火岩中途景）

后半段有一处瀑布很漂亮，两侧石头夹住湍急的水，像一扇拱门，中间斜卡着一块方形巨石，瀑布被石头劈成两半，这个瀑布是丰水期限定款。途中还见到几个逃票走野路进来的，试图涉水走到景区这边的步道来。下过大雨没多久，水很急，被冲下去不敢想象。即便这样，还有俩老头在河中间的石头上坐着钓鱼。



景区的结尾是一个地上洞，入口气势恢宏呈喇叭状，洞腔很高，洞口石头上有只仙鹤雕像。我给它命名为大喇叭仙鹤洞。由于洞底高低落差大，洞中的水比较浑浊，呈灰色。全程有个一公里多，洞里边有灯，但走到一半，不知什么原因，突然全灭了。我们是打开手机手电筒走完的。走着走着经常需要歪头，头顶经常有山缝隙淌水，洞里更是有五六七八处头顶花洒，如果不下雨，大概不会出现这种情况。



（香火岩的大喇叭仙鹤洞）

卫生间情况：景区入口厕所卫生状况还可以，女厕5个坑位，一排的门挺高，缺点是里边每个坑位之间的隔档不够高，站时大家可以面面相觑，但是蹲下去互相看不见彼此，就算伸长脖子也难看到。景区里边的厕所就没指望了，建是有建的，前半段大概每隔二十多分钟脚程有一个。但是长时间没有人去，卫生情况堪忧；也有建了一半停工废弃的。景区出口处只有个旱厕，只能应应急。出口处有一栋楼，猜测原本是当游客中心用的，现在只有一个工作人员查逃票。

水质：我们到访前贵州下大雨，当时香火岩从瀑布那里就直接封掉了。我们去的当天，水比平时浑浊，前半段每隔一段路，水上就漂浮着一堆落叶白沫，应该是雨水从山上卷下来的。后半段的水相对好一些。如果不下雨，情况就好很多。香火岩的水是地表水，本身就没办法和黄果树小七孔的水媲美。黔北的水，瀑布和水沟水质差异蛮大，瀑布普遍是浑浑的果绿色，雨一大还会变黄。香火岩、赤水瀑布、翁洞滩的水都偏浑。而蚂蟥沟，冷水河，紫江地缝等，清澈如玻璃质感如果冻。

景区步道下完雨之后会有点滑。里边甚至还有建筑垃圾。全程引水管突兀，甚至好几次做拦路虎。

香火岩此点，如果能好好修缮一番，清理掉建筑垃圾，修剪掉河滩上的杂草杂木，维护好卫生间，以及，别出现洞里走一半灯灭掉的情况，作为去往遵义的必经之地，还是值得一去的。徒步完正好到修文二洞的穹岛天坑咖啡坐一坐，很惬意。

香火岩的洞出来走不多久，就到修文二洞。

二洞顾名思义，状似两个粘连到一起的洞，就仿佛长了俩嘴的藤壶。洞里打了钢索，不知道是否是要做配套设施。其中一个直直冲上的洞，洞口绿意盎然，状似一个绿火山，站在下方往上望，阳光把洞口的植被都点亮了，很美妙的画面。从香火岩出来，就能远远看到咖啡厅确实建得很漂亮大气，很多贵阳周边的人来这里点一杯饮品拍照或者睡觉。睡觉的成本打底48元。味道嘛，只能说不难喝。每一口都是2块钱，全部喝光光了。老板不同意包场，它分了大大小小很多平台，跟他谈能不能包50人的，他说回头再说回头再说。上次来谈，老板也是这么说的。



左图（修文二洞与穹岛天坑咖啡）右图（从穹岛天坑咖啡仰望修文二洞洞口）

咖啡厅有冲水厕所，卫生保持的不错，每个性别各有俩坑位，女厕要排队等。我们去的时候是周末，人算是偏多，但肯定不是最多的时候，即使这样，外边桌子也基本坐满了。全部坐满大概能坐个二百号人，甚至还要更多一些。我单方面认为，这是贵阳几家溶洞咖啡、瀑布咖啡等景观咖啡中，最漂亮的一家；如果花江峡谷大桥上的乔治队长营业，才能与之战一战。咖啡厅有WIFI，信号比我开流量要好。



（穹岛天坑咖啡的小灯）

要说唯一的缺点，就是修文二洞的水与香火岩一脉相承。

吃饭：附近10-15公里车程内，没什么适合团队用餐的地方。从修文二洞出来，有推车买凉面土豆烤肠之类的，价格不算太贵，一二十左右。再往上走，要走一小段水泥大上坡路，大概有个三四百米，走上来是一条狭窄的双向车道，这天去的人已经蛮多，附近的车在这里会车困难，前后段路略有拥堵。

看点：香火岩瀑布、大石头拦路拱门瀑布丰水期限定版、大喇叭仙鹤洞、天坑咖啡搭配修文二洞。

下午去乌江寨。这里很多港人，马来人等。然后就是少数贵州本地人。大陆常规旅行团极少，基本为散客自主出行。乌江寨也是人造水乡，纯商业化景区，对年轻人来说毫无吸引力，但是景区内的配套设施非常完善，完美符合“度假”的定位，会有中老年人喜欢。

说回入口出，游客需要在东寨口客服中心下车。这个客服中心的主要作用是办理入住和托运行李。乌江寨里所有的酒店住宿都在客服中心直接办理入住，并且把行李箱之类的交给工作人员，他们会安排车将行李运送到各个酒店前台。办理完毕之后，出来坐摆渡车。按照不同目的地，如暮山酒店站、苗王酒店站等，将游客引到不同的车辆上，载往目的地。这里乖乖坐摆渡车就好，路不算短。路上没有风景可言，梯田水寨都要下到最下面停车的地方才能看到。摆渡车是18座2+1，座位间距比较窄，空调足。

顺便说一下这里无人机不准飞，除非是为了取景区素材，报备之后可飞。

乌江寨整体像一个漏斗，四周是山，一路环山而下，景区的核心在最低处。进门坐车一路下去，路上陆续经过几家酒店和民宿，下到回龙岛酒店处，进入层层叠叠的寨子。低处一圈寨子将中间的梯田和河水围起来。梯田中有一块表演的空地，与梯田隔着一条河的，是廻龙岛广场，是另一处供大型表演的场所。

寨子里整个都是商业化的，酒店、饭店、酒吧、饮料店、旅拍等等。但是不像别的高度商业化的地方招牌那么花花绿绿、横七竖八的，视觉上并不拥挤。从上午11点到晚上接近22点，断断续续在不同广场有演出节目。

卫生间情况：景区很土豪，卫生间非常之豪华。干净无异味，还有特殊人群卫生间。

我们绕着下边的景区转了三圈，全程几乎没什么蚊虫，很难得。水也无异味。整个景区都非常干净。景区内的工作人员说是会定期消杀。

既然来了，就要把酒店看了。这里边的酒店，价格普遍都贵，但是房价是包含两张乌江寨的门票的，乌江寨门票120，扣除之后，其实还好。这里边的酒店卫生情况都很好。

可能是为了强行拉慢节奏，整个景区的洗衣房是统一送洗，收费，今天收，明天11点才能好。加急的早上8点能送到。所有酒店都没有自助洗衣。

印象最深的是苗王酒店和廻龙岛酒店，苗王酒店的硬装和酒店服务态度是最好的，也是最贵的一家。进去后，从走廊到客房都空气流通，有股淡淡的木质香混尤加利味，室外泳池还配备了救生员。廻龙岛酒店性价比高从酒店下去到广场的距离比较近。适用望塔房型，望塔是面对白玉塔和广场那一面的，视野会好一些。乌江寨的游船，每人60元/30分钟，走单程，没有往返的线路。水道不长，个人觉得没有性价比。水面上没有蚊虫，水也没有异味。



（乌江寨游船）

乌江寨的表演，排得很满。我们白天观看了一场中幡表演，其中一个演员小哥翻完跟头没接住旗子，失误了。表演并不没有严格按照时间表上的来。为了等晚上的表演，我们四处找坐的地方，找到一处景区经营的酒吧，室外没人坐，我们厚着脸皮坐了半小时，期间没有一个坐下点餐的，一般是扫出来菜单看两眼就走了。我好奇也去扫了一下，只有套餐，最低套餐价格288，红酒，蔬果和坚果，肉串。这个288的套餐还仅限17:00之前点单，17:00之后最便宜的要四百块。对面梯田广场上的餐厅价格倒还能接受。

园区里还有吃吊锅宴的地方，吊锅宴前方有一个戏台，看起来有点年头。不过没有启用，没人吃，台上也没人表演，空空荡荡。

晚上19:30在梯田广场表演掌灯仪式。我们蹲守到晚上，就是为了掌灯仪式、鱼灯巡游，和20:30的打铁花，在梯田广场上方的餐厅点过吃的，坐外头边吃边看。乌江寨中的寨子亮灯是表演的一部分：大音响播放录制好的故事开场，随着小女孩（也可能是小男孩）和爷爷对话的展开，寨子上的灯次第亮起。由于去时临近端午，昼长夜短，一开始亮灯时天还不算黑，但仪式结尾，开始点亮龙灯时，天色已经擦黑，四面寨子全亮，远处山上的白玉塔塔身灯也亮起，周身一层莹润的白光，确实是漂亮的。虽然点亮龙灯时，有一截龙身死活点不亮，工作人员拼命拍打两分钟才亮起来。当然，表演节目少不了最经典的打铁花，乌江寨的打铁花还是很漂亮的。



（乌江寨夜景）



（乌江寨打铁花）

这之后是鱼灯巡游，穿着少数民族服饰的年轻姑娘小伙儿，举着咔咔摆尾的大鱼灯，慢慢从梯田广场上到梯田上边的平台，并邀请游客一起举着鱼灯绕寨一圈。我当时并不知道要跟着绕寨子，以为挑选幸运观众赠送鱼灯，两三步冲上平台要了一架色彩斑斓的，还挺压手。直到走了两步，才发现灯不送，反而要跟着走一大圈，又厚着脸皮还回去了。我已经绕着寨子走了三圈，实在不想创步数新高。

虽然在迴龙岛广场可以正面看到掌灯仪式等节目的表演，但坐在梯田上方看寨子亮灯才是视觉效果最好的，因为寨子都围在迴龙岛广场后边，梯田广场可以将整片寨子尽收眼底。而表演完毕后，演员姑娘小伙们也会上到梯田广场上，邀请游客举鱼灯绕寨。

这一晚住遵义市。

Day3 赤水丹霞（佛光岩 + 赤水大瀑布）— 丙安古镇 | 宿遵义

第三天，今天走到了最远的待踩点——离重庆距离近过贵阳的赤水大瀑布景区。走到这里的游客很少。赤水大瀑布和佛光岩、燕子岩，打包评了5A景区，合称赤水丹霞景区。也是全程我最喜欢的一个点，以丹霞地貌、瀑布、栾椤、竹海、峡谷景观为主要看点。赤水丹霞位于中国最大的红层盆地——四川盆地南缘，地处贵州高原与四川盆地的过渡地带，与福建泰宁、湖南崀山、广东丹霞山、江西龙虎山和浙江江郎山打包作为中国丹霞列入《世界遗产名录》。一路上的景观都在扣丹霞地貌的题，地标裸露的石头是半红半绿的——红色是石头的本色，它的红是由内到外的，绿色是覆盖其上的青苔。一路上也是沿着水在走。由于身处四川盆地，赤水的湿度很大，比安顺的温度高。但我们去时临近端午，贵州正在入夏，是最热的时候，到7、8月份，体感温度会降低一些。

赤水丹霞的植被茂密到张牙舞爪，一拿出相机，机身上就凝出一层小水珠，仿佛进入了原始热带雨林，水流过砖红色的岩石，密布的苔藓，芭蕉、栾椤、滴水观音、八角金盘，还有其他的蕨类植物……这些与丹霞地貌共同组成了赤水奇观。只说山水石，很多地方都有，比如我家附近的太行山，多的是有山有水有大石头河滩的景色，但赤水的地形与气候，造就了这片“小雨林”，这些植被与红石是赤水丹霞不可替代的理由之一。



（赤水大瀑布）

虽然酷玩森林、十二背后飞拉达、镇远古城的徒步都很好，但是如果只能选一个最喜欢的点来，我会毫不犹豫的选择这里，更准确的说，是赤水大瀑布+佛光岩。老板对赤水大瀑布的评价是：景色不亚于黄果树。我没有亲眼看过黄果树，但是走过香火岩后，深知直面瀑布的冲击有多强烈。赤水大瀑布高76米，宽80米，黄果树大瀑布高77.8米，宽101米，赤水瀑布比黄果树窄一圈，但是赤水大瀑布的最近观景距离，比黄果树要短一半，视觉冲击非常强。这些先按下不提，上午去的是佛光岩，先来说它。

这天是周一，佛光岩人很少，整个景区走下来碰到了20来个人。入口可以选择观光车或者步行栈道。观光车的沿着山路向上走，步行栈道在路下方，沿着山溪河滩修建。一路都是上坡，走步道可就有的走了。

赤水的竹子非常多，具体品种我认不出，山上密密匝匝成片的竹子，根根壮实。所以景区外边的饭店，家家都有竹笋。遵义的腊肉也是特色，正好配一盘竹笋炒腊肉。



（赤水大瀑布山上的竹林）

爬山用时数据如下：10:15进佛光岩景区，10:18 观光车发车。观光车行车时间为5分钟。从景区台阶起始点开爬台阶，大概两分钟处，有一个分叉口，右手边往五柱峰方向，左手边往佛光岩瀑布方向。从岔路口用时26分钟走到五柱峰这条路开放的最高点。再往上封路维修。告示牌显示，24年7月这条路就已经封闭了，到26年5月下旬依然未开放。从封路处下到岔路口用时15分钟。

从岔路口处到佛光岩瀑布的主观景台莲花台，用时约45分钟。从莲花台走到高处正对瀑布视角的观佛台，用时约28分钟。从观佛台下到景区入口用时约30分钟。

全程步行距离10.66km，爬升680米，不过这个数据仅供参考，实际并没有比下述的海龙屯累很多，所以不一定准确。



（佛光岩景区的栌椤与覆满青苔的红石头）

卫生间情况：佛光岩和大瀑布的卫生间都挺干净，尤其佛光岩。卫生间每走20分钟到30分钟就有，里边还点了蚊香，虽然景区没什么蚊子。5A景区的配套设施还是有实力。景区门口的卫生间坑位不算少，至少对于这个景区的客流量来说。

五柱峰需要走的水平距离并不远，但是爬升较陡。如果给标团用，只走佛光岩瀑布就够了。解压团还是推荐往上走一走，里边有几处玻璃水。上到封路处的景观平平，因为只能仰头远观五柱峰，看的不太分明。没有封路的时候，五柱峰和佛光岩瀑布两个点在一条环线上，可以不走回头路，能够极大地保存体力。如果道路解封，走到最顶上，视角不断变换，体验会很好。但不知道何年何月这条路才能解封了。虽然顶上没什么好看的，但一路上的水很清透，标准玻璃水。配上红色的河床，别有一番风味。另一条通往佛光岩瀑布的水就没这么清透。神奇的是，虽然湿度很大，但没什么蚊虫。



（佛光岩五柱峰方向的玻璃水）

由于环线的路被截断了，我们只好下来，从入口处往佛光岩瀑布方向走。

路上见到很多开着粉白色花的高高瘦瘦的树，用形色识图，大概率是广东杜鹃。地上的落花也挺多，如果五月出来，想必峡谷里的杜鹃花也是一重景观。

景区里的知识科普做的不错，会在长得像鸭脚板的树下立个牌牌介绍“板状根”，会在树根树藤缠绕处介绍“缠绕与共生”等等。



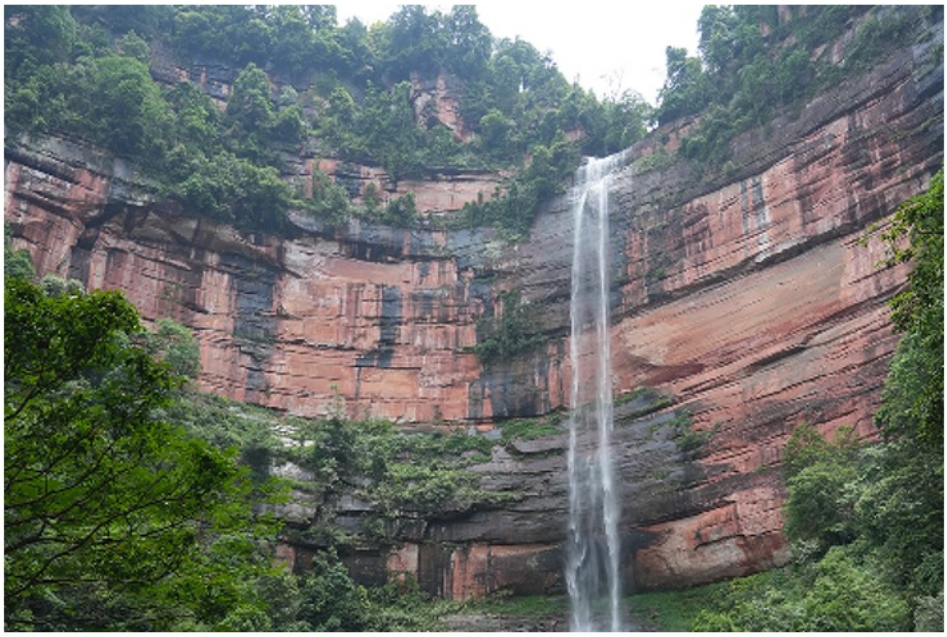
（佛光岩景区的科普牌）



（佛光岩五柱峰方向的芭蕉树）

佛光岩瀑布方向的路一段平稳一段爬升，一直到莲花台，都是比较轻松的。五柱峰的路上有不少高大的芭蕉树，而佛光岩的路上，桫椤树更多。桫椤的叶子细细密密，像一张大网，天光漏下，仿佛置身恐龙时代。莲花台在佛光岩瀑布的下方，需要仰头来看瀑布。有一个卖饮品的店铺，但没开门。往上爬几分钟，还有两个距离更近的观景台，其中最高处的小观景台挂了牌牌，禁止再往上走，站在这里，居高临下，瀑布水汽兜头扑来，张开双臂拍一张照会很带派。

从莲花台往五柱峰方向走的路上，有一个几乎与瀑布平视的观景台，名为“观佛台”。要上到观佛台上，要过滴水岩、九道拐，是全程爬升最陡的一段。九道拐呈z字形急速上升，每爬过一道我就要问问“还剩几道拐了”。建议景区改成“六道拐”，上到第六道时，再竖个“还有三道，再坚持一下”的牌子，骗我一下也是好的。真正站到观佛台上观瀑时，发现最佳视角其实在九道拐途中，没什么树遮挡，上到上面来反而没有途中视角惊艳。



（佛光岩瀑布）

观佛台有休息的木质桌椅，有一个小茶馆，没营业。我们这时又热又饿，包里只有几个溜溜梅，无奈之下掏出无人机充当风扇，把溜溜梅分吃了，很开胃。下山的时候看到板状根想到鸭脚板，看到红石头上长青苔想到抹茶生巧。

出了佛光岩，我们在景区门口的餐厅填肚子，大门口有几家装修简朴的餐馆，面积都不算小，是接团餐的，附近没有看到装修不错的大接待量的社会餐厅。我们点了两三个菜，味道还是蛮不错的。尝了酸菜红豆汤，放了猪油，很神奇的搭配。笋炒腊肉、炒杂菌，都有锅气。我才知道黔北也长菌子。和餐馆老板聊天得知：佛光岩这边下午比上午热。每年10月时，瀑布的水比较大；夏天水小，天冷的时候反而水大一些，端午节前后水也大。后需要用的话，还需再多多问当地人情况。

从佛光岩到赤水大瀑布，车程1小时。

大瀑布游客中心的卫生间有11个坑位（女厕），男厕应该差不多，卫生情况轻松过关。

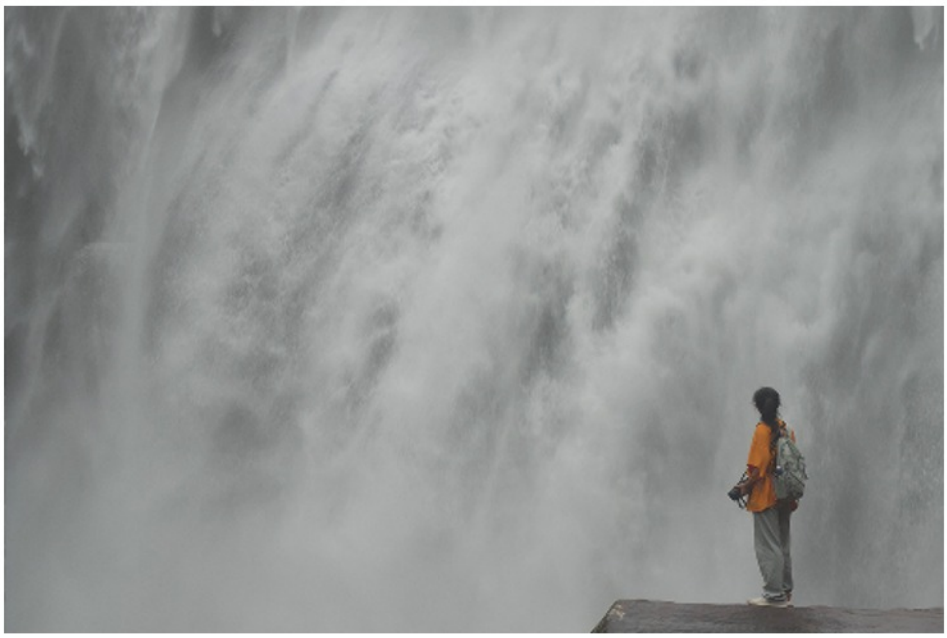
在游客中心附近就已经能看到山下的水了，是混黄的。佛光岩的水要比大瀑布的水整体清澈很多，尤其五柱峰方向的水，已经是玻璃水的程度。但与香火岩不同，赤水大瀑布的水的颜色，完全不影响景色。来时我还担心，佛光岩和大瀑布同属赤水丹霞地貌，景观会不会很重复，走进景区后疑虑被打消了。佛光岩景区的景色更精致，颜色饱和度更高，石头红青苔绿得很明显，一路走在峡谷中，苍翠欲滴，视线的重点在植被上。而大瀑布景区的河滩宽大，水流湍急，冲刷力很强，一路奔腾而下，两岸山坡角度更缓，视野宽阔，恰逢阴天，整个景观色调是浓重的深绿色，山间腾起的雾看起来很苍茫。



赤水大瀑布的主要观景点有两个：大瀑布和美人梳瀑布。

大瀑布的观光车6分钟，坐在右边，能看到沿途的河滩和山腰的几支小瀑布，步行栈道会从河滩上穿过，体力好的走步道会很有感觉。两个景区上山乘坐观光车都建议坐右侧，风景都在右边。下观光车后，我们乘坐电梯下去，电梯20/人，是全封闭式的，看不到风景，全程也就1分钟。电梯一共有3部，荷载都是20人。出电梯后，还要走一段有顶棚的通道斜坡继续往下走，很短。景区里的烤肠6块，泡面8块，鸡排10块，价格还行。走出来就离大瀑布不远了，七八分钟就能走到瀑布前。

先在“神龟观瀑”观景点打个卡，两块巨型石头交叠，仿佛一个大乌龟，头望着瀑布一侧。这个不需要导游强行引导，这个石头是真的像乌龟啊！瀑布下方惯例是深潭，深潭边上也有一块巨型石头，是最经典的打卡点。小红书上的“出片”“神图”都是站在这块石头上拍出来的。我逮了一个路人小姐姐咔咔拍，又自告奋勇的去当模特，得出的结论是：出片如同呼吸般轻松，相当的出片！



（赤水大瀑布出片效果）

大瀑布坐东面西，下午来是顺光。

从大瀑布往美人梳瀑布的方向有步道，也可以换乘往美人梳方向的景交车，工作人员提示步行前往大概是2公里多一点，走步道用时33分钟，全程几乎都是下坡路，不耗费体力，但是左侧的山石压下来，经常需要歪着头走，或者是直接走在石头下边。碰上下小雨，石头支棱出来的路段像水帘洞一样，我打着伞走下来的。整个景区没有什么蚊虫，倒是碰上了一只有保护色的蛙蛙。



（赤水大瀑布景区美人梳瀑布）

美人梳瀑布所见即所得，旁边还有一个朋友圈样式的中空立牌，用来拍照打卡。而这条路下边的河滩，容易让人产生巨物恐惧症，各种非常大的石头埋在河道里，河水混黄，流速很快。

佛光岩如果搭配赤水大瀑布来用，上午去佛光岩，下午去大瀑布，这样佛光岩凉快，大瀑布光线佳。佛光岩景区就只走瀑布方向的往返，游览时间留2小时40分钟-3小时左右，大瀑布景区全程使用景交车+电梯，游览时间留1.5-2小时即可。

如果从贵阳方向来，住宿点的考虑：仁怀、茅台镇。十二背后和赤水景区直线距离其实不远，但如果要去十二背后，需要往南开回遵义再往东北方向走一个Y字形路线，因此如果从贵阳去赤水+十二背后，最好住在遵义，缩短第二天的车程，并且能保证住宿条件。如果不去十二背后，直接南返，可以考虑当晚住仁怀。如果到赤水后，直接从重庆出，再考虑其他落脚点。

这天回到遵义很晚了，途中在丙安古镇歇脚，丙安古镇依山而建，下边就是赤水河，很有年代感，没什么可玩的，镇上有不少餐厅。由于镇上的原住民不算多，空间比较大的餐厅基本都接团餐，但味道还是不错的。

Day4 海龙屯 — 十二背后（双河谷 + 银河洞飞拉达）— 镇远古城夜景 | 宿镇远

第四天上午，海龙屯。

本来为了缩短行程，已经砍掉了海龙屯，但如果海龙屯这个人文自然景观可以用，那也许就可以在黔北排出一条行程来。抱着这样的念想，我们硬是把海龙屯又塞进来了。后来酷玩森林得知我们来贵州踩线，还专门打电话问能不能顺便踩一踩他们在修文二洞附近新开的溯溪公园，可惜我们接到邀请时，行程已经塞得满满当当，一点都空不出来了。下次一定。

海龙屯是贵州的第一个，也是目前唯一一个世界文化遗产。

海龙屯土司遗址始建于南宋宝佑五年，毁于明万历二十八年的平播之役，是宋、元、明时期西南播州杨氏土司文化的重要遗存。屯上建有九关，屯前六关：铜柱关、铁柱关、飞虎关、飞龙关、朝天关、飞凤关；屯后三关：万安关、二道关、头道关。

人文自然景观非常依赖讲解员，因此我们想重点考察海龙屯的讲解，倒霉的是，当天正好碰到了中小学校组织的研学活动，把所有的讲解员都预定走了。只能以后抽时间请讲解员线上讲解，用以评估。来都来了，听不到讲解，就体验一下海龙屯的徒步强度吧。

我们从进景区到出景区，包括往返的景交车、徒步九关（包括走飞虎关三十六步天梯）、游览宫殿遗址，全程用时3小时。而其中至少30分钟是在找路！山顶的指路牌画的人一头雾水，每到一个地图立牌，还看不到自己所在的位置，为了找新王宫遗址，我们在朝天关、飞凤关转了半天。可以说路标非常混乱。山上也没有人工的补给点，只有不知道摆了多久的自动售货机。

景区徒步距离3.82km，爬升381米。正着走，从爬山入口到铜柱关与铁柱关，哐哐爬台阶，摆渡车的车票分为山脚票和山顶票，我们为了体验全程，买了山脚票，中巴摆渡车开了6分钟，到步道入口附近。摆渡车是必买的，因为从游客中心到步道入口处路程很长，都是水泥大上坡路，途中没什么风景。

摆渡车分别有中巴车5辆，荷载20人；商务车6辆；观光车6辆，荷载40人。山脚票上山，与下山摆渡都要用这一波车，但是从景区经营状况来看，很难出现车辆不够用的情况，我们在后山王宫遗址全程碰到的人，一只手都数得过来。由于散客实在太少，下山出口，要等车开上来接。做摆渡车从屯后下山，要20多分钟，一路大下坡。

飞虎关三十六步天梯与飞龙关破碎的上行栈道不是必爬，都是可以say no的，旁边会有安全的新修栈道。尤其三十六步天梯，台阶非常之高，整个台面都向外倾斜，我还背着相机，抱着我可以摔我的相机不可以摔的念头，硬是靠手扒石头给自己拉上去的。

前半段都沿着长城在走，每隔一段就能看到一个关口，风景不错。靠近山顶的飞龙关、朝天关、飞凤关三处是最漂亮的，三关连成一体，高低相属，互成犄角之势，构成前沿军事体系。尤其飞龙关的断壁颓垣，大块的城墙砖倾倒堆砌，屹立在山边上，站在飞龙关，四周望去视野极佳，四下是一丛丛低矮的群山，不愧是以前的兵家要地。



（海龙屯朝天关与飞凤关）



（海龙屯飞龙关）

后山我们只去了新王宫遗址——因为压根没找到旧王宫遗址。这里的讲解牌给出的信息并不多，缺乏讲解，就显得比较无聊。后山走了一个多小时，屯后三关与屯前相比，稍显逊色。

山上有人放羊，路上会有羊粪蛋儿。



（海龙屯新王宫遗址）



（海龙屯王宫遗址附近的小羊）

山下游客中心附近的餐厅营业的比较少，营业中规模比较大的一家是葛姐厨房，有包间和大桌子。包间和小厅有空调，更大的一楼大厅没有空调。

海龙屯是很适合做人文徒步线的，前提是景区的讲解要有深度。给标准团用，就前山上下，不去王宫遗址，只看城墙；如果给解压团用，王宫遗址和城墙都走，后山上，前山下，在体力分配上会合适一些。前上后下，爬升多；后上前下，下台阶多，最好是配根登山杖。

双河谷此点，老板给的评价是很不错，可能是我们没有体验浆板等项目，单纯观光游览双河谷的话，我斗胆给个还不错。

双河谷属于十二背后景区的双河洞国家地质公园；十二背后大致分为双河洞国家地质公园、清溪峡景区两大旅游板块。双河洞是亚洲第一长洞，景区资源还是很硬核的。清溪峡未在此次踩线之列。

先说双河谷的厕所情况，由于湿度大，卫生间地面凝结了一层水雾，卫生还可以，没什么臭味。



（十二背后双河谷）

双河谷，进洞时风很凉，走在洞里边则是忽热忽凉，走出洞口后就是纯热，温度变化非常快，约长1.5公里。洞穴内的灯光也是五颜六色，前半段的溶洞裂缝还挺新奇，缝隙又窄又深，流经其中的水非常清澈，后半段靠近出口的地方，搭了很多架子，显然是还没完全修好。从地下河谷出来到石膏晶花洞，大概走了二十分钟吧，这里的时间记录的不准确了，信号不太好。会途径一个悬崖咖啡，一个卫生间，一条洒洒水的小瀑布，一个高空秋千。如果不想爬太多台阶，也可以坐观光电梯。虽然坐了观光电梯，爬的台阶也并不少。景色比较一般，不太能唤起我的兴趣。



（十二背后高空秋千）

走到石膏晶花洞时，我们都热得不行了，洞里越凉快越衬托出洞外的热，也许7、8月份会好很多。湿度降下来，体感温度就会降。石膏洞进洞会坐一段摆渡车，天知道在外边爬了那么长台阶之后进来坐上摆渡车，吹着洞里的凉风有多爽。





（十二背后双河谷地下梯田与石钟乳）

石膏洞的石钟乳比较多，即便如此也拯救不了这个洞，五颜六色的灯光，人造的水上梯田边石坝，后半段修道一半的水泥路，手脚架和堆放的建筑材料……以为是工业风洞穴，原来是还没修好。游览结束之后还要在洞里边走很长的一段水泥路出来，我猜这里以后会上摆渡车，不然在洞里走水泥路，游客会走爆炸。



（十二背后 正在施工中的石膏晶花洞）

我以为走完出来就结束了，没想到又走了一大段下山步道，美其名曰康养步道，走得我耐心全无，完全不康养。出来之后还会回到双河谷的入口处，相当于在里边走了一个环线。我只希望，下山路能早日装上缆车。

下一个就是银河洞飞拉达。双河谷检票口，开车到银河洞体验项目的售票处用时5分钟，售票处负责发放和回收安全绳等装备。

从售票处往洞口走之前要上好卫生间，这之后一直到出洞都是不能上厕所的，和酷玩森林一样。溶洞中的生态是非常脆弱的，所以不允许在洞里上厕所，也不允许丢垃圾。出洞的洞口倒是有个卫生间，由于洞内有水，卫生间地面会有泥水。

从售票处到洞口需要步行过去，脚程10分钟；出洞口下到售票处要走15分钟下坡水泥路，长，倒是不累。我们体验的是，从入洞口到出洞，我们用时1小时5分钟，我们这场只有6个人，配了1名教练，其他教练开会去了；正常人多时是配两名。安全扣中途不能解下，没办法调换行走顺序。另外四个是年纪很小的男女生同伴，一路很兴奋，叽叽喳喳的，爱拍照。教练会很耐心的给游客拍照，在适合拍照纪念的点还会主动问游客是否需要拍照录视频，这点很加分。我们走得快，他们也不好意思停留太久。在无需排队的情况下，玩飞拉达需要1.5小时。如果客流量比较大，需要排队，可能需要再放宽1-2小时甚至更多。银河洞里，飞拉达是最有意思的项目，不过后来我们出洞时看了龙塘子洞的宣传图片，感觉龙塘子洞的原始穿越会更丰富一些，它包含的小项目多，体验时长会比银河洞飞拉达长一些，当然，价格也更贵。



（十二背后银河洞飞拉达）



（十二背后银河洞岩壁酷似雨岔）

走到洞口，教练会给大家讲解安全扣怎么用，一共三把锁，小的是快挂，大的是停留在岩壁上休息用的，缓冲带在什么条件下会保护大家，讲完还会在钢索上让大家实操感受。

银河洞内的岩壁，仰头看和雨岔大峡谷的形状特别像，封顶版雨岔。我们踩在半空的岩钉上慢慢往高处攀，如果恐高可能玩不了这个项目。每走一段，脚下都会有一个蓝盈盈的水潭，水清澈见底。网红“翡翠之心”潭就在银河洞的开头，肉眼看其实并不像心形，但潭水确实很漂亮，青莹莹的颜色，配得上“翡翠”的称号，还得是玻璃种湖水蓝的翡翠。中间还会走一小段钢索到另一边。走钢索的时候，教练会询问大家要不要拍照，他会站在钢索下边，用游客的手机帮忙拍照和录视频。全程教练问了好几次，有拍照需求尽管提就好。不过旺季可能会拍不过来。

银河洞的飞拉达体验感非常好，又能让人感到刺激，同时对体力的要求并不高，洞中没什么石钟乳，但岩石形状与水的颜色都具有很高的观赏性。

十二背后景区很大，洞与洞，项目与项目之间，距离比较远，会走过很多无聊的路段。也许其中的部分项目足够有趣，但只论踩过的双河谷+银河洞飞拉达组合，暂不可用，不止双河谷，景区中很多地方还在马不停蹄的修建中，也许配套设施完善起来，摆渡车搞起来，会有启用的一天。

景区很大，不缺酒店和民宿，我们看了一家比较大的酒店，一楼的房间地板上有一层水，二楼就没有。我们去的时候湿度非常大。自由行的朋友们如果选择宿在景区，也可以先检查下房间地板。

这天晚上我们到镇远古城落脚。到酒店已经晚上十一点四十，我此时已经困得眼睛都睁不开了，被前几天的拉练搞的小腿肚酸痛，但秉承着“来都来了”的想法，必须把夜景踩了。此时将近零点，濒阳河岸边还是有很多烧烤店开着，热热闹闹的人不算少，而这一天并不是周末。据之前来过的小伙伴说，两岸临水的店都一般。我们考察的酒店九龙壹品附近倒是有很多本地人吃的店。



（镇远古城夜景）

Day5 镇远酒店考察 — 石屏山徒步 — 铁道咖啡 — 开屯梯田 — 白岩村梯田 | 宿乌东苗寨

第五天早上，依旧是考察酒店，有家三钻酒店麒欣隆位置不错，观景平台比较宽阔，摆放了桌椅，供晚上的客人吃喝赏夜景，位置也好，站上去能看到大半个镇远古城。且处于镇远的龙舟赛比赛段的中间位置，端午节能在观景台上直接看龙舟赛。我们在走的时候，看到当地居民在“一二！一二！”地抬龙舟，看起来是实木的。将龙舟一点点抬运到水边，并接上龙头。之后他们是怎么做的什么不得而知——我们赶时间，上车走了。

接着走到花之园河景酒店，这家不适合我们的团用。不过花之园河景酒店不远处，就是徒步上石屏山的步道入口。

石屏山这条徒步线，从村寨进，石屏山景区入口出。解压团可用，难度2星，体力要求3星，视角5星。徒步2.8km，累计爬升232米。爬到最高点用时约35分钟，上下全程用时2小时12分钟。前半段是穿过居民区绕到村子后边，沿着石板路一直走。途中会经过两座坟包，不过靠近村寨的徒步线，难免会有坟，肇兴侗寨那边，寨子里坟可能就在房前屋后。走到与城墙垂直处，向右走，大概10分钟，抵达城墙垛子，即可俯瞰整个镇远古城。视角非常宽广，居高临下，很漂亮。但是这一小段路是纯爬升，台阶有点高，宽度大约1.2-1.5米左右（没带尺子目测的），没有护栏（毕竟是城墙）。上去之后的平台会宽敞些。如果戴头灯晚上爬来看夜景，会非常美，但是晚上不好走，我们就不打这个主意了。



（镇远古城徒步最高点位置）



（镇远古城徒步最高点景观）

拍照欣赏后原路返回到岔口，向左走在城墙上。中途遇到了村民在树林里采菌子，五月下旬雨后初晴，正是出菌子的时候。

走过起起伏伏的城墙，后半段就进入石屏山景区线，我们是从山顶往下走，全程台阶，这里一定要配登山杖。没有登山杖靠膝盖怼下来的感觉……希望大家没机会懂。景区入口的卫生间也是干净的。



（镇远古城铁道咖啡位置）



（镇远古城铁道咖啡）

下了石屏山，面前就是镇远的老桥，过了桥走几步就能看到铁道咖啡的入口了。它的牌牌比较小，要仔细看。上去也要爬一段台阶。不得不说，这家咖啡馆的位置恰到好处，老板的审美也很在线。装潢和古镇、铁道很搭。外围低矮的栏杆上缠着灯泡，傍晚天擦黑时亮起来会很有感觉。咖啡价格也在能接受的范围内，20出头到40元之间，希望未来不会涨价。



（镇远古城铁道咖啡）



（铁道咖啡屋顶俯拍机位）

这个位置有一个优缺混合点：适合看夕阳，会西晒。太阳从咖啡馆左侧的山落下。晴天的下午三四五点会很晃眼，傍晚或者第二天上午都合适。卡在日落前半小时到1小时上来，点杯饮品，坐等日落，绿皮火车簌簌钻出一侧山洞，又簌簌地钻进另一侧隧道中，古城灯光亮起，想想都挺美妙，适合文青。

咖啡馆的顶层和二层已经建好，一层正在装修，应该在我们离开后不久就能装好。室外可以做遮阳，但是装不了空调，于是老板在室外装了风机，夏天有风吹，还好还好。我们坐在外边的沙发上，一边和老板聊天，一边捧着相机蹲绿皮火车经过。听到呜呜声我们端起相机撒腿就往外跑，搞的路人频频侧目。

咖啡馆前共有两条铁轨，上边这条是货运列车，是那种方方正正的金属涂装的车厢；下边那条走客运，是顶部圆钝，长得像邮政似的车厢。不用担心影响视野，绿皮车经过时可以轻松被镜头捕捉到。远离咖啡馆的一头是贵阳方向，靠近咖啡馆的一头是湖南方向。

咖啡馆目前大概能容纳40-50人左右，营业时间暂定11:00-22:30，由于刚开业不久，老板也在随消费者需求来调整时间。而镇远古城夏天貌似是傍晚7点钟开灯，如果18:30坐在这里待一小时，能看到镇远古镇的白加黑景色。

咖啡馆里边有两个卫生间，打扫的很干净。我们问老板，如果咖啡馆火了之后爆满怎么办，老板指了指头顶让我们不用担心，“上边还有一块地，也是我的。”

我们坐了有四五十分钟，经过了三趟绿皮火车，频次不高不低，既不会一直有噪音，也不会左等右等等到地老天荒。

在镇远待了半天，我觉得这个点是值得走一走的，人文风光和小众徒步线路的结合，铁道咖啡，镇远的夜景，组合在一起的效果很好。但需要一个好的导游，在逛古城的时候将镇远的过去娓娓道来，在徒步的时候讲讲濒阳河、码头与商会的过往。如果是我来排行程，会选择第一天下午简单逛逛古城，傍晚在铁道咖啡坐看夕阳，第二天上午去石屏山的半野线徒步，登顶俯瞰整个镇远。或者上午逛古城，中午吃完饭休息一会儿，下午徒步下来过桥去喝咖啡等日落。如果是自由行，晚上再整点小烧烤，有点浪漫。

离开镇远，下一个目标是开屯梯田。开屯梯田在凯里，到时是下午五点左右。迎接我们的是一位年轻的村干部，沿途开车，他就给我们讲村里的规划。村里的公路已经通路，道路状况非常好。



（开屯梯田美丽如油画）

在村干部的指引下，我们停靠在公路路边，下车后的景色令人眼前一亮：景观视野非常开阔，一层一层的山次第排开，一条高架蜿蜒其中，勾勒出山脚的轮廓。两边山体上是层叠的梯田，与堂安梯田、龙脊梯田相比，开屯梯田每块水田都要更狭窄，单论梯田的线条之美比不过，但开屯梯田的规模更大，与一重重山、点缀在山上的民居、神来之笔的高架组成了很有特点的复合景观。下午的太阳从后方打过来，把山的影子投在另一座山上，衬着蓝天白云，宛如油画般美。如果昼夜温差大，早上的时候，梯田上边会有一片一片的云雾。村干部说会在这处修3号观景台，6月份就要动工，再往前走是拟修建的4号观景台。秋收之后要全部种上水稻，村里要种桃树，等春天开桃花。还会空出地块来种油菜花。



（开屯梯田大银杏树下景观）

继续往村子里开，村干部说，民宿、小型观景台、咖啡馆的修建都已经提上日程。他们和村民商量，打扫村子换积分，积分用于兑换生活用品，通过这样的方式来保证村子里干干净净。还计划建造研学中心，在选好的地址附近，还有一口古井，也会在今年6、7月份动工包装。搞一些稻田抓鱼活动。村里的一处观景台依靠一颗老银杏树，这里计划做餐厅与咖啡厅。开屯目前的住宿条件还未可知。这个点如果在短时间内要用，踩出一条梯田徒步线，不断变换观景视角，是个不错的主意。我们已经在摩拳擦掌的计划踩线了。

晚上住乌东苗寨，去乌东的路上会经过白岩村和往响水岩的岔口。白岩村也有梯田，规模不大，梯田形状不错，但是周围的山离得近，容易挡阳光。



（白岩村梯田，三朵云再往里边走一点的观景台）



（乌东苗寨）

乌东苗寨就在最里边，很小，站到寨子里高处的观景台，一眼就能看完整个寨子。去到这里的人也很少，很原生态。寨子里有酿酒体验等场所，但我们去的时候没有营业。寨子里有条山溪穿过，环境清幽，晚上只有潺潺流水声，没有其他噪音。我觉得乌东是合“避世”系列的主题的，可以推荐给喜清净爱原生态的朋友，适合下午吃烧烤、晚上喝酒，夜里出来听虫鸣看星星，一觉睡到天光大亮，然后开车往附近的茶室或者咖啡店坐着发呆，看看远处的小片梯田和早晨还没来得及散去的云雾。



（乌东苗寨附近的茶室观景台）

这里有几家酒店，我们看了房量最大，最接近我们用房标准的酒店。综合评价是，可用。但乌东其实有装修风格偏原生态的民宿，推开门可以直接进入庭院的。日用品配备还算齐全，和我们各方面严格筛选的四钻酒店不同，不是温软享受型，民宿更符合乌东苗寨的调性：休闲，古朴；缺点是房子和几乎所有家具都是木质的，隔音效果会差。如果是亲朋几个结伴出行，我觉得民宿其实更好，既然选择了乌东，就不要选择循规蹈矩的酒店了。

Day6 朗德苗寨（拦门酒）— 都匀团山 | 宿荔波

从乌东出来，有一家独栋的茶馆，里边有观景平台，落得很雅致大气；也有体验炒茶的区域，茶馆下边就种着一小片茶树。再往前走还有一个正在扩建观景台的咖啡馆，视角也不错。

之后去朗德苗寨，朗德比乌东的商业化程度高，但还是比西江低很多。寨子面积也比乌东大，要在大门口检票后，坐观光车上去。观光车运营时间是8:30-18:00。朗德分为上寨和下寨，游客活动的区域主要在上寨，从上寨到下寨脚程七八分钟，里边人会少很多。苗族的建筑外观和侗族略有不同，苗族人家的二楼会建一块开放平台，但侗族没有。这个叫美人靠，是给苗族姑娘做手工的地方。两寨的下方有一大块活动广场，用于篝火和其他活动。一条清澈的河沿着广场边流过，寨子里的小孩三三两两在河边蹚水。







（朗德苗寨迎门仪式）

朗德的拦门仪式上午11:00开始，与肇兴专门请演员表演不同，朗德还坚持用原住民组织的表演，村里很多年轻人外出打工，因此中老年是表演的主力军。通往寨子的小径上摆了一道道酒，阿姨姐姐们穿着苗族服饰坐在石台上，给进寨的客人喂酒。为什么是“喂”酒呢？拦门酒有条规矩，如果双手捧杯接过，就要把杯子里的米酒喝光。很多游客都双手背后来喝。而我没有好好听讲，在第一道酒就双手接过了，这第一道酒还是用超大一根牛角盛的，满满的米酒，一牛角下去，今天就不用再踩线了，直接睡到明早。我胡乱灌了几口落荒而逃，捧酒的姐姐人很善良，没有抓我回去喝光。

村里的大叔们也没闲着，在最上边站成一排，吹长管芦笙。场面非常热闹。拦门酒和吹芦笙大概持续了二十分钟。



（朗德苗寨长管芦笙吹奏）

进了寨子的圆形小广场坐定后，11:30表演准时开场，演员们的致辞和表演都很淳朴。表演的内容是民族舞、芦笙演奏，最后一个节目是邀请观众一起进场跳团结舞，走三圈，三步一点，跑得快可以和领舞的苗族小姐姐手拉手走圈。12:00左右表演结束，游客结伴去寨子里吃饭，我们则往外走。

这天的最后一站是团山，团山溯溪，适合亲子。上山的路拐弯多，坡度大，虽然大车可以勉强上去，但一旦需要会车就很灾难。这里只适合走小车。车开过村里的桥后一直往上开到一处农家乐，这里是溯溪的起点。农家乐后边有一大片水田，我们晃荡过去看了两眼，发现水里好多大田螺。如果天气合适，溯溪过后，去水田里捡田螺，炒螺蛳，美滋滋。但我们是雨季去的，来之前下了大雨，水位上涨，农家乐没有营业，沿途也没有人。从起点往上走，走到1公里和1.5公里处分别有一个可以跳水的潭子。折返一趟共3公里。天阴阴的，我们没有多待，赶去荔波了。



（都匀团山）

Day7 酷玩森林大环线 + 悬崖咖啡，返程贵阳

酷玩森林大小环线

酷玩森林的正门一点都不起眼，仿佛进到了村子里，看不出是个景区。我们在游客中心签了纸质版的告知书，按了指纹，把小包寄存在储物柜，上景交车去悬崖咖啡。

悬崖咖啡是飞拉达+观景咖啡的体验结合，飞拉达的前期准备流程衔接得不够流畅，大家费劲巴拉得穿戴好装备，工作人员才挨个记录大家要的饮品并下单，有美式、拿铁和橙汁可选，还能选择是否加冰。飞拉达比较短，难度也不大，落脚点比较宽。但由于堵人，我们还是卡在上边好久，硬生生给我手机电量堵掉三分之一。走不远就能看到悬崖咖啡，早期版本是崖壁上长木板错落开，简约随性；我们到了之后发现它已经改成了上下平行等宽的两层桌子，大家不是直接坐在木板上，而是坐在桌后的高脚凳上。面前的桌子上开了洞，目测放火锅用，感觉不如改之前的置景有趣。坐在桌后，不一会儿从头顶用机器吊下来一只大箱子，需要大家自食其力，相互传递各自选择的饮品，景区会安排无人机为大家拍摄和录像，建群并发送。



（酷玩森林洞穴火锅）

乘坐景交车从悬崖咖啡到酷玩森林的洞已经中午，洞穴火锅菜量比较足，能管饱。清汤锅底，食材有猪肉、牛肉、午餐火腿、牛肉丸，素菜有豆腐、豆皮、金针菇、土豆片。蘸水味道一般。在一众洞穴火锅里算得上豪华。

小环线大概1.5公里。大环线比小环线多出约1公里。我们完整走了一遍大环线，然后又走了小环线中，与大环线不重叠的路段进行对比。所以就先把大环线的见闻给完整顺下来吧。进洞准备走环线的时候，一定去上个厕所，里边是没有厕所给上的，一是保护溶洞脆弱的生态环境；二是怕走丢，想折回去也不太行，洞里很黑，酷玩森林未探明的支洞又数不胜数，教练的视线会牢牢黏住每一个人，防止大家走丢。



（酷玩森林步道出入口）

我们为了错开团队进去，尽量避免或者缓解堵人，有的团队可能需要先走下去吃洞穴火锅，再出来玩溜索。一开始还担心从洞口走下去又走上来，会觉得重复无聊。结果我溜索下去之后，出于好奇先去走了那段步行进入洞厅的路——然后来来回回走了两遍。犬牙差互的石钟乳像把人咬进洞里似的，暖黄的灯光，盛着水的边石坝，洞口薄薄的雾气和覆在石头上的绿色植被……仿佛走进了魔幻世界。酷玩森林是个有审美有品位的洞。

酷玩森林刚进洞的时候会感觉有点点凉，夏天加个薄外套或者防晒衫就够用。爱上蹿下跳的、火力旺的，穿着短袖莽也没问题（夏天哈，其他时间我不确定）。但是别穿太支棱的漂亮衣服，从洞口往里边走，很快到顶天立地打卡点，顶天立地也是大小换线分叉前的唯一一个点。教练就会慢慢开始给大家科普洞穴知识。教练会给大家讲石钟乳是怎么形成的，给大家指出洞顶蝙蝠曾经的栖息地，让大家听敲击鹅管（发育中的石钟乳）与石旗的声音，打灯带大家找洞壁上的化石。大家的头灯一束束点亮洞壁的石钟乳，而石钟乳尖端的水滴仿佛无数光点，或者头灯照进黑漆漆深不见底的溶洞天井的时候，那个感觉是非常奇妙的，大自然的鬼斧神工就这么展现在面前了。这里又要弯着腰，又要仰头小心碰到石钟乳，是治疗颈椎病的绝佳之地。当然也不能老抬头，还要注意着脚下的石笋。

大环线的边石坝一簇一簇的，非常美，是双河谷水上梯田想模拟出来的效果。途中能看到几个深不见底的天井，我们都躲远远的走。大环线的项目很丰富，绳降、溜索、吊桥、气囊船……大家对绳降的接受度比对大小环线共用的跳楼机的接受度高很多，下降的速度可以自己控制。绳降的卡扣自带“刹车”，手柄摇太快或者过于用力反而不会下降，只会滞在半空中，防止人哧溜一下到底。和我同时绳降的一位女生，就因为手柄掰太用力，在空中吊了好大一会儿。



（酷玩森林大环线绳降项目）

溜索赢得了大家一致好评，大环内的溜索与进洞的溜索不同，进洞的溜索速度由教练掌控，而大环内的溜索完全靠自重，一人一挂，溜索的速度非常快，只有两头的灯光照出隧道中石头的轮廓，风嗖嗖从耳边刷过，好玩爱玩。吊桥是探洞基础配置，不再赘述。大环线还需经过一片水面，教练划气囊船慢慢悠悠载着大家，一共有两段划船路，第一段也可以选择不坐船，溜着边上的边石坝走。途径茶歇台，备了很多零食点心和水饮，供大家补充体力。我们来之前酷玩森林也下了大雨，洞中水位涨了不少，洞壁的灯都不亮了，据教练说水深有6米左右，全靠大家的头灯照亮周围水域，黑暗中别有一种神秘氛围。气囊船有个问题，没有每人配备救生衣，这个也和景区反馈了。

下了船继续走，看到跳楼机的时候，之前放松下来的气氛又激昂起来了。这时候大家都学会谦让了，纷纷说着“你先你先”“我往后边排”。这毕竟是个窝囊版跳楼机，弹力带并不会被拉很长，大概下去一两米，就变成缓缓下降了。所以最刺激的不是跳下去之后，而是起跳的瞬间。想着快点跳快点出去就能多踩一个点，我只做了一秒心理准备，心一横就跳下去了。

据我观察，一般先跳的都是闷声不吭的，越到队尾，叫的声音越大。

玩过跳楼机就到了最后一个点，黑暗冥想。坐在小板凳上，刚刚紧张刺激的心情，随着音乐的播放和教练的引导，慢慢放松下来了。等灯光再次亮起，后边怎么样呢，保密保密。剧透可耻。胆子大的耐造的还是可以勇敢尝试一下跳楼机，酷玩森林的证书，据教练说是只有玩了跳楼机才能拿到。我也不清楚教练是不是在驴我，因为里边黑布隆冬的谁知道哪个跳了哪个没跳。反正我出来是从一堆证书相框里翻到写着我名字的相框的。酷玩森林的证书也做得很有质感，还会贴一小块化石上去。每个人的石头都是独一无二的。

由于我们之前都没走过酷玩森林的大小环线，只能从项目数量上看出大概得区别，但并不知道实际途中的景色是怎样的，很难对比出大小环线哪个更有吸引力，或者更具性价比。在我们和酷玩森林的负责人说明来意后，对方欣然同意让教练带我们过一遍小环线。

从岔口往小环线方向，走不几分钟，就是一个很窄小的石缝。旺季堵人这个石缝得背一半锅。另一半锅是跳楼机背。就我这么个女生平均水平的体格子过去都得卡上一卡。小环线和大环线比，要逊色不少，没有大环一个挨一个的洞腔、大规模的石钟乳和石笋、深邃的大天井，就连边石坝的形状，都比不上大环线。尤其我们先走了大环，再走小环时，只生出一种“由奢入俭难”的悲愤心情。我们没有再去一次跳楼机，而是走了胆小专属的往返线，全程用时不过20分钟。可惜大环线的价格、游玩时长，都是设计行程中的痛点，无论如何，大环线凭借其出色的体验效果，必定会有启用的一天。