



游客打卡海口骑楼老街。
(海口市旅文局供图)

海口+文昌： 慢享时光+舌尖非遗，暖冬惬意小确幸

若想让旅途“慢下来”，海口的“长辈友好型”慢游路线能带来满满温暖。

去骑楼老街坐人力老爷车，看南洋风情雕花建筑，在非遗展馆赏琼剧戏服、椰雕黎锦，累了就到尚南堂品鹧鸪茶、听琼剧；逛海瑞文化公园，在清风阁乘凉，感受清廉文化；到万绿园打太极、对弈，去东寨港红树林坐游船看“海上森林”，体力尚可的话还能逛火山口公园品火山美食；傍晚去假日海滩或云洞图书馆(需提前预约)等一场滨海日落，睡前泡一泡观澜湖火山温泉，洗去疲惫。

走在文昌铺前老街，空气中的酸香会唤醒你的嗅觉——这是“铺前糟粕醋制作技艺”(2024年列入文昌非遗)的魅力。用酿酒酒糟二次发酵的醋汁，酸中带辣，富含氨基酸，秋冬喝一碗暖身又开胃。地道吃法是搭配海菜、鲜蚝、鱼片等海鲜，醋汁能去腥提鲜；边吃火锅边逛铺前骑楼老街，感受琼北的饮食智慧与南洋风情。

昌江+儋州： 跑步看景+深度游玩，小众暖冬新体验

不想扎堆热门城市？昌江和儋州的“小众玩法”同样精彩，适合喜欢深度体验、喜欢运动的游客。

11月1日上午9:30，昌江“九九重阳·乐跑昌江”热带雨林健康跑将在霸王岭开跑。4公里原生态山路从霸王岭售票处直达雅加瀑布，海南落差最高瀑布之一，150米飞瀑如银河倾泻，每公里都有补给站，完赛还能获得奖牌、证书及奖金。沿途不仅能穿越“动植物王国”，更有机会邂逅海南长臂猿——这场“雨林之约”，让运动与自然撞个满怀。

同样在11月1日，第五届儋洋落日跑将在洋浦滨海文化广场开跑，赛道串联滨海景观与和美乡村，还是2025海南儋州马拉松赛(12月21日)的“预热场”。

现场的消费助农美食集市不容错过，20个摊位汇聚儋州米烂、洛基粽、光村沙虫等特色美食，每个摊位都有文化介绍牌；参与“美食打卡集章”活动，分享体验至社交平台还能兑换“美食大礼包”，边跑边吃边玩，感受儋洋的烟火气。

冬游海南正当时

单地深度游

两地联动游

近期，北方多地被冷空气包裹，裹紧棉服的人们纷纷开始寻觅暖冬去处。而此时的海南，正沐浴在24℃左右的和煦阳光里，海风轻柔、椰林摇曳，成为全国游客心中的“冬游首选地”。记者整理这份海南冬游指南，带你解锁海岛暖冬的N种打开方式！
南国都市报记者 丁文文

三亚：潮流活动+惠民福利

三亚近期的热度持续“飙升”——TravisScott 三亚演唱会、ELLE 风尚大典、无忧之夜等重磅活动接连登场，更值得期待的是，10月23日至12月31日，三亚启动“美在三亚·爱上三亚”旅游促销活动，吃住行游购娱全场景福利，让游客“玩得嗨、花得值”。此外，美团平台推出“王牌72小时”直播专场，酒店套餐叠加惠民补贴礼包优惠多多；针对11月1日TravisScott演唱会观众，还筛选了“20分钟车程内”的酒店资源，连住2晚最高立省1500元。结合中小学春秋假政策，三亚还推出“吃住行一体化”亲子套餐，整合优质亲子酒店、研学景区及体验项目，更有“灵活退款保障”。

万宁：首批户外运动目的地

在2025中国户外运动产业大会上，万宁日月湾滨海沿线入选全国首批高质量户外运动目的地，成为海南唯一获此殊荣的市县——这里不仅有109公里黄金海岸线，串联日月湾、石梅湾、神州半岛等优质海湾，更有“全年无休的户外运动窗口”之称。年均24.8℃的气温、稳定的浪涌、清澈的水质，让日月湾成为国际级冲浪胜地；周边的海南万宁青皮林省级自然保护区、兴隆侨乡国家森林公园等地，还为徒步、骑行等运动提供了“山海相依、河海交汇”的独特场景。

屯昌：三条特色路线

屯昌的冬游，是舌尖与风景的双重治愈。三条特色路线串联起自然景观、红色印记与特色美食，每一口都是地道琼味，每一步都藏着人文风情。

路线一：出发地——木色湖七彩木色路——枫木特色香草鸭(吃午餐)——竹林村“美鹤园”——屯昌4A级景区“梦幻香山”——梦幻香山云居酒店(晚餐及住宿，屯昌十大名菜“沉香鱼头”)——返程；路线二：出发地——大昌叔黑猪肉铺(吃屯昌黑猪肉特色粥粉早餐)/昌志腌粉店——南田起义旧址——油画步行街——广兴酒店/谢家烤王(午餐，屯昌十大名菜“香煎五花肉”“烤乳猪”“蒜香炸排骨”“枫木苦瓜煲”等)——旋风虎军事主题园——坡陈武术村——竹吟谷农庄(晚餐)——返程；路线三：出发地——乌坡青梯村——木色湖七彩木色路——木色湖南熙咖啡——枫木特色香草鸭(吃午餐)——油画步行街——南田起义旧址——广兴酒店/谢家烤王(晚餐，屯昌十大名菜“香煎五花肉”“烤乳猪”“蒜香炸排骨”“枫木苦瓜煲”等)——维也纳国际酒店(住宿)——返程。

陵水：分界洲岛慢游

总觉得度假像赶场？来陵水分界洲岛，才算懂真正的度假。爱情海岸初见亭可赏晨柔光、傍晚夕阳，坐海边秋千享海风；玻璃海边沙滩可在遮阳伞下休憩；分界书屋(木质书架配无敌海景)适合安静阅读，感受文字与海浪声交织的时光。无论情侣并肩、朋友闲坐，还是一人独处，皆能被大海治愈。如果说北方的冬天是棉服、暖气，海南的冬天就是椰风、暖阳。这个冬天，不必羡慕“候鸟”南飞，收拾好行李，来海南赴一场暖冬之约吧！



游客在三亚蜈支洲岛旅游区体验摩托艇。(三亚蜈支洲岛旅游区供图)

制图:刘咏菲(即梦AI)