



梵净山景区。(铜仁市文体广电旅游局供图)



第二届梵净山动力板公开赛在碧江区三江公园河段开赛。通讯员 陈健 摄



佛顶山温泉小镇。(石阡县中医医院供图)



石阡县中医医院佛顶山温泉中医理疗馆。(石阡县中医医院供图)



↑盛夏时节,铜仁市中南门古城依托锦江水域,推出“龙游锦江”系列文旅活动。本报记者 葛永智 摄



铜仁水上运动季好戏连台 选手观众跟着赛事去旅行

本报讯 (记者 施平)入夏以来,铜仁亲水避暑游持续升温,碧江大梁河、江口太平河、石阡包溪河等漂流点位同步开放,全年计划运营120天,预计接待游客30万至50万人次。其中江口梵之·漂漂矿泉水漂流水清景优,成为新晋热门打卡点,有效带动沿线民宿、餐饮及农特产品销售,让生态资源变身富民增收“活水”。

同一时间,锦江之上桨板冲浪、皮划艇穿越——2026水上运动季好戏连台:6月中国桨板俱乐部联赛、7月动力板公开赛、9月公开水域游泳挑战赛……四大精品赛事梯次衔接,覆盖碧江、印江、松桃、江口等区县,预计可吸引超50万人次到场观赛。

铜仁市文体广电旅游局体育科相关负责人介绍,立足梵净山核心,串联中南门古城、寨沙侗寨等资源,打造“漂起来”“转起来”“跑

起来”三大户外赛事IP,全年落地百余场活动,构建“每周有赛事、区县有主场”的全域体旅融合新格局。

赛场之下“掘金”效应显著:桨板赛期间,中南门古城伴手礼店日均销售额破万元;凤悦凤凰酒店入住率从52%拉升至80%,酒店周边的民宿“一房难求”。赛事联动景区、酒店推出完赛免门票等福利,将“流量”变“留量”。

以赛为媒,铜仁正将生态资源转化为可体验、可传播的消费产品。从锦江畔驱车1小时,可达石阡佛顶山温泉小镇。不少选手赛后专程体验“温泉+仡佬族医药”特色康养,2025年温泉景区接待疗休养团队126个次、253万人次。今年,景区持续加大投入,争创国家级康养度假区。依托该资源,铜仁打通“城区水上竞技+山林温泉康养”特色文旅路

线,构建“运动集散+生态康养+民族文化”发展体系,驱动体旅与康养产业双向发力。

赛事的温度延伸至民宿产业,进入7月后,梵净山麓22栋土家吊脚楼打造的“群山之心”民宿,入住率同比提升20%,不少来自北京上海的游客长期旅居。

依托赛事引流效应,铜仁正加速构建“以赛引流、以体促旅、以医养人”的产业闭环。赛事期间,选手与观众“跟着赛事去旅行”,带动民宿、餐饮、交通等消费链延伸;赛后,石阡温泉、佛顶山等康养资源精准承接,将运动疲劳转化为疗愈需求。同时,铜仁整合梵净山负氧离子、锦江碧波、仡佬族医药等特色资源,开发“运动康复+温泉疗养+森林静修”系列产品,让“一场赛事”升级为“一段康养假期”,推动体旅流量向康养留量转化,走出一条“竞技引流、体旅搭台、康养唱戏”的新路。

“水质干净清爽,是天然绝佳的水上运动好去处。”

白天劈浪竞速,夜晚灯火狂欢。夜幕降临,锦江两岸灯火璀璨,中南门古城江宗门码头彩灯画舫与长龙竹筏泛舟江上,入夏以来亲水夜游日均接待游客数百人次。

“我们以水为媒、以赛兴城,构建‘专业赛事+大众体验+文旅融合’发展体系,吸引游客来铜参赛体验、康养旅游。”铜仁市文体广电旅游局体育科负责人何承斌说。这个夏天,武陵峡谷中的一桨一浪,正划出一道清凉的夏日弧线——从白天的激流竞速,到夜晚的灯火狂欢,铜仁用一江碧水奉上了一场清凉而热烈的盛夏之约。

官格,亲友们纷纷问她在哪里,她打算多待两天,白天逛古城、品美食,晚上再来感受龙舟夜游。

铜仁素有“中国龙舟之乡”美誉,锦江龙舟竞渡已有数百年历史。端午假期,2026年中国传统龙舟大赛在碧江区圆满收官,61支龙舟队角逐锦江,万人空巷。赛后,碧江区延续龙舟热度,在中南门古城常态化推出“龙游锦江”夜游体验,让游客在逛古城、赏夜景的同时,近距离感受龙舟文化魅力。

“龙游锦江”不仅是一场视觉盛宴,更是铜仁文旅融合的生动实践。从白天龙舟竞渡到夜晚锦江夜游,从古城雕梁画栋到江面流光溢彩,铜仁正以水为媒、以文铸魂,让“黔东南门户”焕发新的时代光彩。

游客“住下来调理”成为现实。石阡县中医医院治未病科主管护师张海容说:“温泉温通经络,配合中医体质辨识精准调理,对运动后恢复效果尤其明显。”

近年来,铜仁紧扣资源、客源、服务三大要素,将中医药服务从医院“搬”进景区、酒店,构建“中医理疗+天然温泉”特色模式。梵净医馆汇聚民族医药传承人,年接待超10万人次;石阡温泉理疗馆形成“运动消耗+温泉修复+中医调理”健康闭环。

数据显示,今年,佛顶山温泉小镇一季度接待游客近10万人次,同比增长15%;2月以来,港澳台游客持续增多,5月迎来新加坡、美国等境外团队。从“泡完就走”到“住下来调理”,石阡正以中医药为笔,在文旅版图上描绘康养新景。

白天激流竞速 夜晚灯火狂欢

本报讯 (记者 杨阳荫)入夏以来,武陵山脉深处的铜仁因一江碧水与穿城凉风,成为水上运动爱好者的竞技场。近日,“赛动黔景·漂起来”2026铜仁水上运动季在锦江流域接连上演,数百名选手挥桨破浪,亲身感受“水凉、风清、景美”的独特清凉。

7月12日,第二届梵净山皮划艇漂流挑战赛在八官溪河段鸣枪。340余名选手沿10公里

自然河道漂流至三江公园,赛道蜿蜒曲折,既有平缓河面也有急流险滩。皮划艇公开组女子冠军杨飞叶说:“一路山清水秀,上游激流非常考验技术,有两个滩我超了两个人,最后实现反超拿到了第一名。”

对选手而言,锦江流水水温凉爽,桨板划开水面溅起水花,瞬间带走暑热。连续两年来铜仁参赛的水上运动爱好者李迅感叹:

舟行锦江上 人在画中游

本报讯 (记者 葛永智)盛夏时节,碧波荡漾的锦江之上,鼓声震天,龙舟竞渡。连日来,铜仁市中南门古城依托锦江水域,推出“龙游锦江”系列文旅活动,将传统龙舟文化与古城夜游深度融合,吸引大批游客打卡体验。

夜幕降临,中南门古城华灯初上,青砖灰瓦的明清建筑在灯光映照下更显古朴。锦江之上,装饰彩灯的龙舟缓缓游弋,与两岸璀璨灯

火交相辉映。游客或漫步石板街巷,或临江而坐,或登上画舫夜游锦江,沉浸式体验“舟行碧波上,人在画中游”的独特魅力。

来自湖南长沙的游客李娟原本只计划去梵净山避暑,没想到偶遇这场视觉盛宴,留下多住了两天。“太震撼了。以前只在电视上看过龙舟,没想到还能在晚上体验‘龙游锦江’,龙舟从身边划过,鼓声让人热血沸腾,感到很特别也很浪漫。”李娟说,她在朋友圈发了九

赛后做理疗 温泉解疲劳

本报讯 (记者 施平)“肌肉酸痛明显缓解,赛后恢复从未如此舒服。”7月下旬,刚完成山地自行车赛事的湖北骑手张俊,来到铜仁市石阡佛顶山温泉小镇的中医理疗馆。医生先为他开展仡佬族古法推拿,再调配药方带他泡脚浴,治疗下来,让他倍感舒适。这位常年忙于赛事和训练的骑手直言找到了缓解身心疲劳的“秘密武器”。

随着近期“赛动黔景·漂起来”2026铜仁

水上运动季举办,这座嵌入景区的理疗馆,成为参赛选手和运动爱好者的“体能恢复站”。这家理疗馆由石阡县中医医院与温泉小镇联手打造,并深2000多米、富含氡、硒的天然热矿泉是“底色”,仡佬族古法推拿、草药热敷是“招牌”。游客可体验温泉药浴、艾灸、刮痧,也可享受从体质辨识到定制药浴、经络推拿的一站式服务。理疗馆推出2至7天轻康养旅居套餐,瞄准运动劳损和亚健康人群,让

铜仁“体旅+康养+旅居”精品线路

线路主题:上山纳凉、下水破浪、泡泉养心

第一日:碧波竞速·清凉入夏
上午于锦江或太平河体验桨板、皮划艇等水上项目,劈浪穿峡,感受清凉体感;傍晚漫步中南门古城,逛非遗市集、品味茶美食,夜游锦江赏“龙游”盛景;宿锦江畔精品民宿。

第二日:登顶梵净·天然氧吧
上午登梵净山,观云海、赏奇石、登金顶,在负氧离子中洗肺纳凉;下午沿太平河踩水嬉戏,或探访云舍村、寨沙侗寨;宿梵净山麓特色民宿。

第三日:氡泉汤养·康养疗愈
前往石阡佛顶山温泉小镇,体验仡佬族古法推拿与温泉药浴,一站式中医理疗定制“轻康养”方案,让身心在氡泉水汽中彻底修复后返程。

线路亮点:一动一静,文武兼修——竞速、避暑、康养,一次旅行集齐三重体验。

(本报记者 施平 整理)

←7月18日,碧江区川洞街道板栗园村5.2公里长的河道上,游客共享漂流乐趣。 本报记者 万芬 摄

清凉“村漂” 舒缓解压

本报讯 (记者 万芬)7月18日,铜仁市碧江区川洞街道板栗园村路两边停满各地私家车。“贵州村漂”起点处排起长队,游客身着救生衣、手持漂流桨,笑闹声顺着河风飘出老远。

52公里宽缓河道上,两三百名游客悠闲地漂着,没有险滩激流,不用拼命挥桨,游客找一处平缓河面停下,泼水打闹或静静顺水漂走,抬头看青山层叠,低头触清凉河水,让生活抛下的压力顺着水流慢慢漂走。湖南娄底游客张国超说:“比起水流湍急的长距离刺激感比较强的漂流,这种慢悠悠的‘窝囊漂’反而更解压。”

“贵州村漂”起点距主城区仅半小时车程,自7月4日开漂以来,每日接待游客稳定在300人次左右。这个由栗园村牵头打造的项目,依托天然河道,主打“不卷刺激舒适”的松弛

定位,戳中不少喜爱松弛感的游客需求,也让城郊溪流青山变成村民增收的“幸福靠山”。村民万英雄在河滩边经营“河畔农庄”烧烤店,每天接待30余桌:“之前来村里的多是本地游客,漂流启动后带来不少外地游客,7月以来每天能收入3000元左右。”

板栗园村党支部书记陈洁介绍,漂流启动后,该村避暑体验的游客数量大幅增长,周末单日游客突破2万人次,有效带动了沿河两岸35家农家乐发展,吸引外出务工村民返乡创业,足不出村就能增收。

同时,该村严格落实安全保障工作,全域筑牢漂流水域安全防线,设置5个防溺水点位,每日10名街道、村干部轮岗值守,贵州村漂文旅旅游开发有限公司还配备20名专职安全员沿河巡查,及时提醒游客规避水域风险。

激情运动之后 免费游梵净山

本报讯 (记者 施平)骄阳盛夏,铜仁凭借生态与赛事优势,解锁体旅融合新玩法。2026“赛动黔景·漂起来”水上运动季落幕后,多名重庆、广东运动员凭完赛凭证免费畅游梵净山,沉浸式体验“上午桨板竞速冲线、下午梵净山顶纳凉寻幽”。

“刚在江面劈浪感受运动的激情和水上的清凉,转身就钻进20℃的云端秘境,太解压了。”重庆桨板选手吴振春、谭成国赛后专程登顶梵净山,他们表示,和重庆的盛夏酷暑相比,铜仁更为清凉。梵净山夏季山顶恒温15至20℃,

山林葱郁、云海翻涌,宛如天然山地“大空调”,成为运动健儿赛后休整的绝佳胜地。

不同于走马观花式打卡,运动员们在梵净山住下来,感受自然山水奇观的同时放松身心。“红云金顶、蘑菇石等奇观,千米落差形成多层立体植被,让我大饱眼福。”吴振春说。

以赛为媒,全域迎客。铜仁依托赛事流量,叠加暑期惠民政策,推出景区免票、酒店折扣、消费券等多重福利,串联水上竞速、梵净避暑、石阡温泉康养、古城夜游四大业态,打造“竞速+避暑+温泉+夜游”完整旅居闭环。