

用脚步丈量 用心灵感知

六安不与别州同。

老祖先留下的文字，就是简洁、经典。此刻把祖宗的文字翻出来，形容六安的独特，是因为一场我有幸参加的体验活动。6月26日至30日，“坐着高铁寻游六安第二季——800公里大别山风景道清凉避暑体验之旅”大V采风活动，圆满举办。

来自北京、上海、南京、武汉、安徽的5位数百万粉丝的旅游大V，与2名六安旅游推广大使相约六安，用当下喜闻乐见的行走式、沉浸式打卡，深度体验800公里大别山风景道，并实时分享体验感受，发布游玩线路和攻略，充分发挥自身流量的传播优势，和广大网友互动，宣传推介。

山路弯弯，山景悠悠。

五天，是短暂的，也是辛苦的，但六安，却由此铭刻在很多人记忆中。

科普：800公里大别山风景道

屏障东南水陆通，六安不与别州同。山环英霍千重秀，地控江淮四面雄。

六安，是安徽面积最大的地级市。六安又是进出大别山的门户，东南沿海与中原腹地过渡带的咽喉。与尧、舜、禹齐名并成为“上古四圣”皋陶(yáo)的故地。六安地处大别山北麓，盘踞于长江与淮河之间，不仅历史悠久、底蕴丰厚，旅游资源非常丰富，曾先后获得“国家森林城市”“国家级生态示范区”“中国人居环境范例奖”等荣誉称号。

近年来，六安着力打造800公里的大别山风景道，作为国家级生态风景道建设之一，目的是将六安“山水之间”的美景、红色坐标，串成线、连成片、形成面，打造出独具特色的多彩皖西“全域旅游体验线”。800公里大别山风景道是文旅、农旅、交旅、商旅融合示范基地，融合推进“1+N”大别山风景道体系建设，包括金寨中国红岭公路、霍山最美旅游环线、舒城万佛湖环湖大道、金安九十里山水画廊、裕安红源谷风景道、霍邱淮河风情线、叶集山河大道7条支线，其中金寨“中国红岭公路”荣获2020年度中国“十大最美农村路”、“2020年中国体育旅游十佳精品线路”，并和大别山风景道(霍山段)并列入选首批8条省级旅游风景道。

风景道共设有八大主入口、百佳



800公里大别山风景道。



丁详烽火(雕塑)。

网红打卡地、千个自驾休憩地、大别乡宿、乡村旅游点、后备箱采买地等。

沉浸式：驾游中国 必驾大别山

你只有身在其中，才能体会到：马鬃岭段之刺激、莲花山段之震撼、西茶谷段之沉醉、白马尖“8”字段之神奇、屋脊山日出之惊艳、山水画廊地质奇观之神秘、横排头仙境之唯美、江淮果岭丘陵段之起伏、淮河两岸之辽阔……

一路山、水、人、文；一路奇、险、秀、美；移步换景，一趟旅行，多重体验。其中，囊括了大别山第一高峰白马尖，“华东最后一原始森林”天堂寨等46个国家AAA级以上旅游景区，两个国家级全域旅游示范区，4个省级旅游度假区和9个红色旅游小镇。沿线美丽乡村、网红打卡点、自驾游后备厢采买基地，如珍珠般点缀，连接的沪蓉、济广等4条高速，宛如一条“金项链”，串联起六安市最精华、最动心的山水人文资

源。

体验：用脚步丈量，用心灵感知

“坐着高铁寻游六安第二季——800公里大别山风景道清凉避暑体验之旅”大V采风活动，由市文化和旅游局主办，中国网韵动安徽承办。

此次行程中，来自北京、上海、南京、武汉、安徽的5位数百万粉丝的大V，和两位六安市文化和旅游推广大使，组成采风团。五天时间里，他们马不停蹄，顶着高温酷暑，先后深度体验了镶嵌在800公里大别山风景道上的众多旅游景点。走进斑竹园镇、丁埠立夏节起义旧址、汤家汇红旅小镇、列宁小学旧址、红军广场、皖西博物馆，传承红色基因，赓续精神血脉，汲取奋进力量；打卡万佛湖、佛子岭水库、望九重、燕子河大峡谷、天堂寨、毛坦厂老街、东石笋等景区，呼吸纯净负氧离子，置身清清凉凉、翠竹成荫的避暑胜地；在九仙尊仙草谷、霍邱县彭塔镇艾草

基地、丁集婚纱小镇、横排头、月亮岛等地尽享田园之趣，感受革命老区特色产业发

展，在赶超路上焕发出的蓬勃生机。

在本次活动中，大V们精心创作优质原创内容，以生动优美的文字、照片和质感十足的视频，通过镜头语言向广大游客全方位、多角度地推介800公里大别山风景道的风光人文及绿色发展，让更多的人了解六安、向往六安。与此同时，中国网韵动安徽直播团队进行了全程图文直播，以精美图文和航拍视角记录下了800公里大别山风景道及沿途景区的温润清凉和奇、险、秀、美。

协同：策划先行 推荐精品

本次采风活动，从春季就开始谋划，宣传大别山风景道的同时，主题就是向广大游客介绍盛夏的清凉之旅：怎么选择、怎么住宿、怎么购物，等等。和以往不同的是，这次活动增加了特色民宿、特色小镇、特色产业等。

活动开始前，市文化和旅游局精心踩点，各县区积极配合，确保活动紧凑、简约、高效。为了确保打卡达人质量，活动6月20日发布招募，吸引了多名国内知名旅行家、微博大V、自媒体达人的关注及报名。活动组委会结合报名人员的区域分布、微博粉丝、自媒体影响力、游记攻略的图文质量和综合阅读量等，从中优选出5位大V参与此次活动。在活动小结会上，市文化和旅游局相关负责人表示，本次采风活动进一步扩大了800公里大别山风景道的知名度和吸引力，实现了立体化、多元化、全方位传播。

心动，就行动吧！到六安来一场清凉的邂逅之约……

潇湘行

袁孝友

橘子洲头感赋

雕像深情橘子洲，湘江滚滚几千秋。
层林尽染凌云赋，华夏升平壮志酬。
指点山川光史册，创新思想冠全球。
回眸世纪征程路，击水中流破浪舟。

爱晚亭吟

橘子洲头岳麓旁，枫霞爱晚沁书香。
沉浮谁问天句，千古雄才出楚乡。

登岳阳楼

登临浩渺洞庭波，范相名篇千古歌。
忧乐追求君子志，文楼并峙共巍峨。

祭屈子祠

吃完端午粽，又祭屈原祠。
馆内离骚诵，碑林金石奇。
旧居悲苦难，汨水寄哀思。
至德千秋炳，诗魂万代师。

鹧鸪天·岳麓书院

岳麓山阿掩宇重，拾阶抬步进儒宫。
书香幽雅讲堂静，脉正连绵学术浓。
匾额古，对联工，千年书院梦犹中。
流连忘返山门内，惟楚于斯五岳崇。

体对节奏的体验与表达，踩着鼓点，尽情地享受运动的乐趣。此时此刻，我们只关注当下，关注自己的动作标准不标准，姿势对不对，与大家是否协调一致，一堂45分钟的课在不知不觉中就结束了。每一位教练都很专业，示范带领，注重互动，最后随着音乐节奏放缓，通过拉伸让大家在身体放松的状态下结束运动，感受运动给自己带来的愉悦，以及运动对情绪状态的调节作用。当然，教练与锻炼者的匹配度，也会影响到互动等效果。

荣梅教练有一次在课程结束时说的几句话令我记忆犹新：“昨天夜班只睡了三四个小时觉，今天上课之前还感到很疲惫，但是上过这节课之后，反而感觉神清气爽，运动真的减压作用，与大家在一起很快乐。”大家对荣教练的这番话可能会感同身受，运动减压让我们受益匪浅，也值得我们长期坚持下去，让心灵之花在运动中绽放。

动感单车的乐趣不在于别人如何说，重在自身体验，贵在持之以恒，参与有多深，投入有多

大，收获就会有多丰富。

城事·茶舍

本栏责任编辑：宋金婷
E-mail:784542876@qq.com

核心价值观

【社会主义】

富强
自由
爱国

民主
平等
敬业

文明
公正
诚信

和谐
法治
友善

