

向野而行 “住”进本溪山水

本报记者 黄宝锋 许蔚冰



房车露营小镇位于桓仁满族自治县,这里景色宜人、设施齐备。

本溪市文化旅游和广播电视局供图

引子

入夏后,本溪的山野迎来了一场安静的迁徙。沈阳、鞍山、辽阳等周边城市的车流沿着高速一路向东,穿过隧道,越过桥梁,最终停驻在太子河两岸的沟谷深处。

帐篷支起来,炊烟升上去,不知不觉,本溪的露营地已有136家,还跻身了同程旅行2026年“五一”假期“黑马”目的地TOP10。

露营在本溪,早已不是支个帐篷睡一晚了。有人在河滩边玩水,有人借着农场搞亲子乐园,有人在景区旁卸下车奢装备,还有人在山谷里架起玻璃穹顶……这些营地各有各的玩法,各有各的特色,把“向野而行”的人们接进了这片森林覆盖率超过76%的山地。



游客在一溪云露营基地的灯笼帐篷下聚餐。 相施宇 摄

河似席 露营地各有千秋

本溪的露营地到底长什么样?答案不在宣传册里。你得沿着本桓公路一路向东,钻进大山深处,才能看清它的真面目。

7月3日,采访车驶出本溪市区,楼群渐渐退去,山色越来越浓。拐向本溪满族自治县东营坊乡新城子村,道路收窄,岔口处立着块木牌:兰山渡露营地——前方500米。

又过几分钟,眼前一下子开阔起来,经理从晓旭从帐篷区迎出来,“周末预约爆满,一大早就有客人来占位置。”顺着他手指的方向望去,80亩营地沿着南太子河铺开,5万平方米的河滩上,五颜六色的帐篷扎得满满当当。“人多的时候,1000人同时在这儿露营,500人一块儿吃饭,都坐得下。”

河滩平展,流水声不断。几个孩子在大人的照看下光着脚踩水,岸边的烧烤架冒着青烟,肉香混着河边的水汽飘过来。丛晓旭说,这就是本溪露营地的底色:靠着水,藏在山谷里,远离喧嚣,戏水、烧烤、休息,样样都有,让来的人舍不得走。

沿着南太子河继续前行,这样的河滩营地还有十几家,恋溪露营地就是其中之一。它藏在碱厂镇兰河峪村的一个山坳里,胜在水质,溪水清得能看见河底的卵石。“城里人来露营,既要原生态,又要有配套。你看我这儿,帐篷、热水、充电



孩子们在本溪市南芬区的湾岸露营基地里打羽毛球。本报记者 许蔚冰 摄

桩、木质地台……该有的全有。”经理袁波说。

这两处营地隔河相望,同属太子河水系,却各有各的好:一个开阔舒展,一个清幽静谧,正好是“原生态河滩露营”的两种模样。但本溪的露营地,远不止“河滩”这一种。车子往回开,另两类营地又出现在眼前。

溪谷童野露营地依托田园农场,玩水、撸宠、烧烤能一次玩遍。经理姜志强说:“大人露营图清静,孩子要的是热闹,我们这儿两样都能满足。”不同的玩法,让不同年龄段的人在山里都待得舒服。溪田悦上露营地位于本溪县小市镇,经理孙少印把帐篷、天幕、户外烧烤、田间采摘打包成套餐,“快要放暑假了,亲子研学”的报名一拨接一拨。”

告别热闹的田园,车子拐进更精致的角落。一溪云露营地紧邻本溪水洞,一侧临山,另一侧靠水,垂柳拂岸。游览完5A级景区,走两步就能扎进露营区,不用自带繁多的装备,行程也接得顺,“轻装上阵”就能享受山野之乐。

桓仁满族自治县的枫林谷房车露营地,是另一番模样。作为东北地区首家国家4C级自驾车旅居车营地,这里藏在青山绿水间,水电网全通,还有房车充电桩。销售经理盖丽雯说,“晚上点起篝火,那才是真正的在避暑。”网红打卡的时髦劲儿和避暑的舒服劲儿合在一起,既有野趣,又不缺现代的便利。

如今,本溪市共有136家露营地,涵盖原生态河滩、亲子农场与轻奢配套等类型。从河滩到田园,从景区配套到房车公园,本溪的露营地,正回应着人们对山野生活的不同想象。

人如潮 赴一场户外之约

本溪的露营地之所以多,首先源于得天独厚的自然禀赋,这里素有“燕东胜境”之称,森林覆盖率76%,被誉为“辽宁水塔”。群山环抱、溪流纵横,全境数百处山林峡谷,夏季平均气温在22℃左右。依托这方清凉水土,山野露营便如雨后春笋,在太子河两岸、沟谷深处次第生长。

但营地多,更是因为“向野而行”的人潮同样汹涌。本溪市入选同程旅行2026年“五一”假期“黑马”目的地TOP10,大量游客奔赴来此,将山野清凉作为夏日出行的首选。采

访中,沈阳游客刘鑫正在兰山渡露营地掘扎天幕绳,他告诉记者:“从沈阳开车过来不到两小时,周末就想找个有山有水的地方待着。本溪离得近,凉快,一坐下来就不想走了。”

露营地经理从晓旭的观察更为细致:“来露营的客人,沈阳占了80%,另外还有来自黑龙江、吉林,以及辽阳、盘锦、鞍山等周边城市的。”他说,人群结构以亲子家庭和年轻人为主,文明素养普遍很高,“大家都在践行‘无痕露营’,撤营时不仅把垃圾打包带走,连草坪上的帐篷印子都尽量抚平,对大自然有着很深的敬畏。”

最让他难忘的是一对60岁左右的南方夫妇,驾着房车一口气住了半个月。丛晓旭回忆说:“老先生每天早起拍晨雾,老奶奶就在河边看书,两老口话不多,但看得出来,是真的享受这种慢生活。”

同样接待过长住客人的还有恋溪露营基地的经理袁波。有一位本溪当地的40岁白领女性,带着父母、丈夫和孩子一大家子,足足住了7天。“她平时工作忙,压力大,就靠露营解压。”袁波告诉记者,那位女士自己开车来,车上装备一应俱全,除了自搭帐篷、户外电源、便携投影、折叠桌椅、车载冰箱,甚至连手冲咖啡壶都带上了。白天孩子玩水,老人乘凉,她就躺在吊床上翻书;晚上一家人围坐在一起看露天电影。她说,这才是生活该有的样子。

在一溪云露营地,营销人员相施宇给出了另一种视角的解答。这里的游客,一部分是逛完本溪水洞后顺道扎营的,另一部分则是专程从沈阳和本溪市内驱车赶来的女性游客。“她们看中这里离家近,交通便利,而且营地布置了草坪、热



游客在明山区一处山野露营地享受悠闲时光。 本报特约记者 林 林 摄

气球和精致天幕,拍照特别出片。”相施宇说,现代女性对“精致露营”情有独钟,在山水的野趣与镜头的美感之间,她们找到了最舒服的平衡点。

这也正是本溪露营地的魅力所在:无论带着怎样的诉求走进大山,总能寻得一处安放心灵的角落。

天作幕 沉醉于山野夜色

白天的本溪露营地藏在河滩与山谷,等到夜色漫过太子河,山影合拢,另一种宝藏才慢慢浮现。每年6月至9月,本溪的群山里空气通透,抬头就能看清银河的纹路,星空成了露营地头顶不须支起的天幕。

依托这片深邃星空,本溪在全省率先把“露营观星”变成了一种山野新风景。花溪沐、关门山、枫林谷、五女山等核心点位被依次连了起来,原本只能白天露营游玩的景区,在夜晚焕发出新的生命力。

大石湖、溪溪里、无界乐活等民宿和营地专门搭起了星空房、建起观星酒吧,玻璃穹顶下一坐,游客就能看到流星从头顶划过。五女山景区甚至把“深夜观银河”和“清晨登山顶赏云海日出”串联成一条线路。半夜时踩着露水爬山,天亮时看红日在云海中山爬升,这种体验,成了无数露营者和观星爱好者专程而来的理由。

2024年,本溪市成功举办“露营观星季”主题活动,并被授予“星空旅游发展调研基地”称号。2025年,本溪受邀赴宁夏参加全国星空旅游高质量发展交流活动并作典型发言,系统分享本溪在星空旅游领域

的基础条件、产业布局及“星空+”融合经验。全市最大限度保留原生观星环境,将星空资源转化为文旅竞争力,打造了东北地区知名星空避暑度假目的地。

怎么走,怎么玩,本溪也安排了不同路线。全市设计了精品避暑露营观星路线,时间紧的,可以走短线:先钻进本溪水洞,洞内常年12℃,一步跨进去就换了季节;再到小市一庄吃顿满族风味的饭菜;傍晚赶到关门山森林公园的星空营地扎帐篷,等天黑。

时间宽裕些的,中线更从容:在汤池沟绿石谷森林公园的溪谷里徒步,22℃的气温,负氧离子充沛;晚上住进花溪沐枫雪温泉旅游度假区,可以躺在温泉里看星星;再去枫林谷的房车露营小镇住一晚。

要是想把本溪的山山水水看个遍,长线可以去大雅河体验“东北第一漂”,把望天洞、枫林谷、虎谷峡、大冰沟的夏季冰瀑走一遍,峡谷、漂流、露营,几种体验交替着来,一趟下来不重样。

发展民宿、露营、避暑、星空旅游等新业态,还改变了山里人的日子。闲置的农房被改造成民宿,长满杂草的山林被平整成露营地,村民们守在家门口就能端上旅游饭碗。2026年第九届巴图鲁越野赛期间,沿线民宿三日入住率达96%,综合营收1630万元,几千名跑友从全国各地涌进来,饭馆、土特产店全部爆满,还有镜头里的本溪,星空、露营、清凉山水不断成为天然的取景素材,一段段视频传到网上,引起更多人对山里生活的向往,持续推高着夏日文旅的热度。本溪的夏天,就是这样变得越来越热闹。

露营好去处

兰山渡露营地

位于本溪市本溪满族自治县,距离沈阳车程约2小时,是本溪县周边人气极高的山水溪畔露营秘境。营地依山傍水,密林环绕,平缓溪流环绕营地而过,可沉浸式拥抱山野自然。营地采用分区规划,分为拎包入住帐篷区、自带装备自助搭建区、临水专属天幕区等,还有林间民宿可供选择;营地硬件设施完善,全域通电、配备新能源充电桩、24小时热水卫浴、独立卫生间与便民超市等。

营地可开展溪水玩乐、皮划艇、垂钓、林间篝火、星空烧烤、小型团建聚会等多元活动,兼顾亲子休闲、朋友聚会、车友旅居,以及舒适便利与原生态野趣,是逃离城市喧嚣、体验近郊慢露营的优选目的地。

草木深露营地

坐落于本溪市南芬区思山岭街道甬子峪村,背靠青山林海,门前溪水潺潺,生态环境得天独厚。周边紧邻大冰沟景区、辽东第一寒泉、财神寺等景点,与汤沟温泉度假区、关门山景区一岭相望,沿途风光如画。

营地以野奢疗愈为定位,配套临溪庭院与烧烤营地,简约精致、静谧私享。主营溪边烧烤、露营业务,提供篝火晚会、垂钓等丰富活动,白天可在溪边嬉戏纳凉,傍晚架起烧烤架享受美食,夜晚透过帐篷仰望满天繁星,在虫鸣与风声交织中安然入眠。这里还承接小众婚礼、高端团建、私密聚会等活动,是藏于山水间的小众高端疗愈旅居之地。

桓仁房车露营小镇

位于本溪市桓仁满族自治县回龙湖畔,出高速公路口左转200米即可到达,交通十分便利。小镇占地面积150亩,总投资1.2亿元,是集餐饮住宿、户外房车露营、团队拓展、休闲娱乐、网红打卡、夜景游览于一体的国家3A级景区,可同时接待500人住宿,500人就餐。

这里自然景观秀美,人文景观独特,气候凉爽宜人,负氧离子含量达8000以上,是理想的避暑胜地和户外露营的好去处。提供天幕、帐篷、草坪足球、亲子牧场等,适合森野寻趣、探野觅林,与家人朋友在这里小住一晚,酌几杯小酒,能远离城市的喧嚣,尽享大自然带来的无限乐趣。

本报记者 许蔚冰 整理

提示 TISHI

户外露营需要注意什么?

多名露营达人给出建议

扎营要远离河道低洼处
防范突发山洪

避开陡坡和孤树扎营
防范落石与雷击

穿着长衣长裤并扎紧裤腿
防范 蚊虫、毒蛇叮咬

严禁野外明火
防范森林火灾

本报记者 许蔚冰 整理



露营地 在落日余晖中显得静谧浪漫。

本报特约记者 林 林 摄