

探索锻炼休闲皆可

国庆假期，塘下这些山可以走走

■记者 黄国夫 陈绵绵 / 文
陈立涛 / 图

国庆将至，很多塘下居民计划着一次旅行，放松心情。但第21号台风“杜鹃”即将登陆，浙闽地区的旅行计划可能会被迫取消。不要沮丧，台风过后，趁着这金秋十月，到附近的山上随意走走也是个不错的选择。

塘下紧挨大罗山，奇山异石众多，山中可游玩之处也很多，你可以带着一家老小驱车到尖山上吹吹风呼吸新鲜口气；可以邀上朋友，到霞林登山步道边爬山边聊天；如果你想来点刺激的，也可以换上装备，到驮山的荒林中，重走神秘的古道等等。下面，记者为您推荐几处适合游玩的地方。



探索篇

以下几个地方多为鲜有人走或者有一定危险系数的路线，出去游玩时要做好必要的准备，尽量不要带儿童去。如果一定要带着孩子出行，务必时刻注意孩子的安全。

驮山岭古道

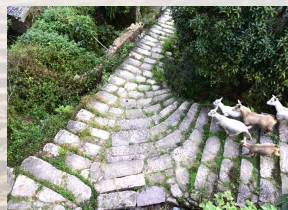
驮山岭古道，是塘下一条有名的古道，始于罗风驮山社区，终于潘岱街道飞云江畔的前垞村，海拔高度约350米，全长8公里，需五六个小时。

要走该古道，需驱车到驮山。驮山上原本居住着东垞、中垞、西垞、梅林和岩头五个村村民，1993年已搬迁至官山垞地区，驮山上已不见了昔日的热闹，但仍有一些村民居住在山中，种田、放羊、酿酒……到农家里感受下最原始的生活，对现在的城里人来说，不失为一种乐趣。

驮山的村落中，大多为古旧的房子，踏着羊肠小道，慢慢往山中攀爬，便可以开始此次的旅程。开始时，道路为石阶小道，平缓易走，大约半小时后，石阶改为山路，需小心谨慎。

驮山盛产白萝卜、生姜等经济作物，以前的每年农历十一月左右，驮山上的村民们都会挑着成筐的白萝卜，经由驮山岭古道到瑞安市区销售。由于道路遥远，为了在黎明前赶到市区，村民们要凌晨2时前起床，挑上100公斤左右的白萝卜，二三十人组一队，在月光下慢慢行走。重走驮山岭古道可感受当年驮山村民的艰辛。

在行走途中，也可到李山寨游玩。李山寨建于宋朝，是一个军事关隘，宋宣和二年（1120）瑞安知县王公济为拒方腊义军而建。



驮山岭古道



驮山岭古道

大罗山古道

大罗山是塘下人最熟悉、最亲近的一座山。大罗山周围有很多登山步道和公园，这些地方也成为了塘下人最钟爱的健身、游玩场所。但真正到大罗山走一遭的人并不多，一来是道路漫长，需三四个小时才能走完；二来古道还没有开发，山路崎岖难走。

大罗山有多个登山口，从吴岙、双桥、西岙、陈岙、八水等村都可攀爬至山顶，多条道路在山顶汇集一处。记者此次探路，是从双桥村的尖山寨山城出发。

距离寨山城三四百米处，是一座具有一千多年历史的古刹——龙圣禅寺。从龙圣禅寺旁边的一条小路上去，一路上，随处可见被秋风吹红的树叶；路边，有茶树开出了白色的花朵；树林中，传来潺潺的水流声。

步行10多分钟，拐入一条小道，是上世纪七八十年代尖山茶园最重要的茶场基地。一陇陇的茶园种满了茶树，茶树上开着各色茶花。茶园中有一条小道，呈45度角倾斜，十分陡峭，人称“百步陡”，走完整条步道虽然只需要七八分钟的时间，但双腿酸痛。

登过“百步陡”继续往上，道路变得十分难走，碎石铺地，走一步就有碎石往下滚落，攀爬时一定要小心。经过一二十分钟，便可到达山顶。山顶虽然杂草丛生，但比较平缓，只需拨开杂草就行。

如果说“没登过长城就不算到过北京”，那么，没到达过西岙烽火台就不算登过大罗山。烽火台是古时用来瞭望敌情及传递军情的设施，西岙山烽火台建于清代初年，是研究古代东南沿海海防情况的宝贵实物史料。登上烽火台，周围景物一览无余，可以远眺数十里。

看西岙烽火台是登大罗山的重要目的，不过在下山时，也可到湧油寨一游。湧油寨是古时海盗的“大脑中枢”，虽然现在已破坏不堪，但站在此处，可想象当年寨中的情形。



大罗山古道

八水峡谷

塘下山林众多，但最终成为峡谷的，也只有八水峡谷了。

自八水村游泳馆方向进入，缓步走进山内，不出几分钟，便见到两座大山之间有一条长长的峡谷，这里便是八水峡谷。奇石杂乱堆砌在峡谷之间，有大有小，山水畅流于奇石之间，清澈清凉。

已是秋天，踏着山石沿着峡谷而上。奇石错落，大小不一，山水时而从山涧小缝中流过，时而聚集成一个水潭，形态各异。坐在石头上脱去鞋袜，将脚伸入水中，清凉舒爽。

走到半途，有几块巨大的石头挡住了去路。山水从这几块巨石中涌出，在石头前方形成一个大水潭，水势大时，可以形成瀑布。

因为峡谷山石错落，所以道路难走，游客们在攀爬时，一定要注意安全。

记者攀爬时，看到有不少游客到峡谷内游玩，也不乏一些小孩。有的人甚至带上了烧烤的工具，在阴凉处的石头上搭灶烧烤。在此烧烤不失为一种乐趣，不过在烧烤完后，记得一定要将火熄灭，并将垃圾打包带走。

八水峡谷虽然与八水村同名，入口也在八水村游泳馆附近，但八水峡谷大部分区域却归属于中南中北村。在峡谷的一侧，有一条石阶做成的步道，如果攀爬累了，可以改走步道，从步道上看看峡谷的险恶，更有另一番感悟。



八水峡谷



八水峡谷

锻炼篇

探索篇的几条线路游玩的人并不是很多，要减低难度，可以选择下面几种游玩线路。这几条线路都为大罗山的登山步道，基本上都有完整的石阶，道路易走，不过仍需要消耗相当大的体力。

霞林登山健身步道

霞林登山健身步道长2018米，台阶是宽两三米的石条，两边树木郁郁葱葱，挡住了直射过来的阳光，山风吹拂，走在其间极为惬意。

据了解，步道修建之前，这里是一条泥路，不但道路狭窄，而且山路崎岖极为难走，前来登山的人非常少。

2001年，林德煥、林金松等村里的有识之士在村“两委”的支持下，成立了霞林罗山健身公园修建委员会，策划修路事宜。村民们热烈响应，纷纷捐款，共集资了80多万元，修建了这条4028级的登山步道，同时修建了5座凉亭供登山者歇息。

在2008年，村民林光宋发动成立了霞林登山协会，又集资150多万元，建成6个健身公园，并添置健身器械，供登山者健身之用。

登山半个小时左右，从一小道进入，不出100米就看到一块种有番薯的农田，再过去便看到了茂盛的蔬菜地。在这10多亩的“农家菜园”里，种着土豆、丝瓜、姜等蔬菜，俨然一个小农庄，如果有需要，可以向村民购买。



霞林山红旗水库



霞林登山健身步道

陈岙登山健身步道

陈岙登山健身步道全程9公里，步道入口建筑雄伟，极像长城一角。步道是2012年陈岙村出资100多万元修建的，过去这里为泥路，现在都已铺上了石条。

陈岙登山健身步道呈双环线分布，山脚下拥有多个入口。游客从一个登山口进去，在山上绕一圈，大概在一个半小时左右，就可以从另一个登山口出来，不需要原路返回。步道沿途有九楼采石场遗址、叮咚泉、狮子口、十八档等自然人文景观，风景优美，在锻炼的同时也能享受美好风光。

和霞林登山健身步道两侧树木密布不同，陈岙登山健身步道没有太多的树木遮挡，如果天气炎热，可带帽子、太阳伞等遮阳物品。

此外，由于步道位于山顶，一侧为峭壁，游客在行走时要注意安全，不要在步道上嬉戏打闹。



陈岙登山健身步道



陈岙登山健身步道

八水登山健身步道

八水登山健身步道虽然和八水峡谷的入口都在同一个村，但却是两个不同的方向。和八水峡谷道路难走不同，八水登山健身步道的路面都由石条铺设而成，行走方便。

说起八水登山健身步道的修建，则是满满爱意的结晶。

原先该处的道路是用石头堆成的狭窄小路，2010年，在外经商10多年的村民鲍祥尧回到家乡，和朋友相邀登山时，发现这里的山路十分难行，于是他自愿出资，拆除原先的石头路，铺上长2米宽0.35米的石条，一共406步。

鲍祥尧开了当地修路的先河，后来不断有人出资修路。60多岁的中北村村民徐存碎出资修建了第二条道路，还修建了石栏、山水井等。2013年7月，八水村几位村民又出资数十万，修建了更多的石阶。

八水登山健身步道石阶总体平缓，不过中间有一段较为陡峭，长约200米，需要花些力气。



八水登山健身步道入口



八水登山健身步道

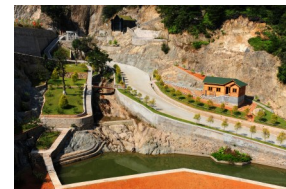
休闲篇

如果你不想让自己太累，又想到山中呼吸新鲜空气，或者带着老人、孩子，不宜徒步，那么以下几处地点适合你。这几处地点都修建了水泥路，可以驱车直上，到达山顶后再休息游玩。

银岙森林公园

银岙村位于国际汽配产业园区西首，由国泰路进入园区后，沿建设路走到头，便可到银岙村，银岙森林公园入口位于该村的大千岭山脚。该公园总面积1822亩，总投资1.7亿元，建设工期8年，将建成以观光旅游、户外探险、休闲度假为主题的森林休闲旅游区。目前，该森林公园还在建设之中，不过现在已非常优美。

据介绍，原本这里也有一条古道，叫大千岭古道，可穿过集云山水库，前往潘岱、陶山等地。不过，现在这条古道已经被修造成公路，可以驱车达到山顶。

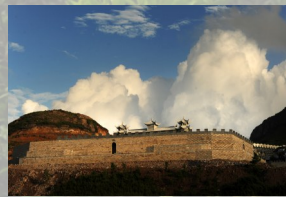


开发中的银岙森林公园

尖山

驱车经过塘下大道和罗山大道交界处，往场桥方向前行200米，便到了尖山入口。尖山海拔800米，水泥路一直盘旋而上，道路弯弯曲曲，可谓山路十八弯。驱车十几分钟达到山顶，有一个大型的广场，广场上筑有一个寨台，写有“寨山城”三个大字，广场边上设有健身器材。而在尖山附近，有千年古刹、茶园等。尖山是塘下人喜欢游玩的一处场所，经常有游客带着一家老小到山顶游玩。

由于弯曲而又平缓的公路直达山顶，这里也是骑行和跑步的绝佳场所，举办过多次跑步和自行车比赛。如果你是一位骑行菜鸟，从山脚骑行至山顶，需要近一个小时，体力消耗极大，需备饮用水。从山上飞驰而下自然舒爽畅快，不过弯路众多，需注意安全。



寨山城

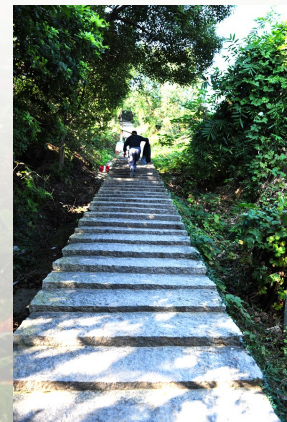
三都岭

三都岭是位于塘下和瑞安城区之间的一个小山头，这里有一条古道，是塘下至瑞安城区的捷径。上世纪七八十年代，三都岭片的村民在家制作粉干，通过三都岭古道，运到瑞安城区销售。

不过，现在的三都岭已建成一条公路，由三都岭村民合资370多万元建成，现在前往三都岭基本都从这条公路过。从新居村进入，公路盘山而上，坡度缓和，驱车只需六七分钟。

在三都岭上，还居住着一些农家，以饲养家禽和种植农作物为生。岭上有一个小公园，公园内有健身器材，三都岭的村民们经常到这里锻炼身体。此外，岭上有一大片的草地，游客们如有兴致，可席地而坐，吹吹风聊聊天看看夕阳，在这个秋日也是极好的享受。

如果不想走这条公路，也可以从另一条小道进入。这条小道距离公路入口约500米，是去往三都岭的原始道路（即三都岭古道），由石阶铺成。据了解，1942年日本军队入侵瑞安时，就是翻越三都岭抵达沙塘底的。不过随着三都岭公路的修建完成，很少有人再走这条小道了。



三都岭