

港「騎友」可遊村路環湖道 鳥語花香相伴隨

粵港澳生活匯

金秋十月，可以說是一年中氣候最宜人的時節，但想要避開內地黃金周假期的滾滾人潮，又要真正觀賞到大自然的景色，去那些具有名氣的景點就不太合適了。這時候，

騎行則成為最佳選擇，選一條坡道起伏的鄉村公路或平穩的環湖車道，既能鍛煉身體又能欣賞沿途風景，可謂一舉兩得。在廣東，適合騎行的道路各適其適，可滿足專業和休閒兩種「騎友」的不同需要。

■文：香港文匯報記者 帥誠
廣東報道 圖：本報廣州傳真



■在秋高氣爽的日子，避開黃金周人潮，騎單車郊遊是最佳休閒旅遊選擇。 網上圖片

黃金周避人潮 騎行醉美秋色



■大夫山的天然撈魚場。



■大夫山的棕櫚樹林營造出熱帶風情。

南沙十八涌：漫遊水鄉 縱橫原野

南沙具有氣候宜人、景色豐富、道路通暢等眾多優點，也是廣州單車愛好者熱衷的地方，以「路靚，車少，空氣好」著稱。喜歡農家風光的「騎友」，可以往十八涌十九涌方向騎行，一路可見成片的濕地和蔗林；喜歡自然風光的，可在黃山魯森林公園的騎行道上騎遊。黃山魯森林公園是廣州最大的免費森林公園，由於公園內的遊客不多，十分適合騎行，而且公園內有一條寬六米、長四公里的環湖瀝青路，猶如專門設計用於騎行的。

■南沙十八涌單車道，景色怡人。



番禺大夫山：峰巒起伏 湖光倒影

大夫山森林公園位於廣州市番禺區市橋以西三公里處，跨市橋、鍾村兩鎮，毗鄰順德碧桂園，北與祈福新村接壤。總面積約9,000畝，是廣州地區生態型森林公園的又一奇葩。公園內連綿不斷的群山環抱着，既有海拔226.6米的番禺第一高峰大夫山，又有大小山塘星羅棋佈和多個別具匠心的人工湖，形成峰巒起伏、湖光倒影的景象。園內湖光山色，參天樹木、綠草如茵、繁花似錦、鳥語花香，尤其是獨具匠心的亭台樓閣，使山清水秀的環境增添不少色彩，教人產生置身世外桃源的感覺。多種棕櫚科植物營造的熱帶風情，同樣令人陶醉，當地人戲稱為「番禺的氧吧」。

在大夫山，天氣好時，環湖公路上最常見的是三三兩兩騎單車的人。你可以選擇自備單車，也可到大夫山現場租賃。

逾千單車供逍遙騎遊

大夫山森林公園內的公路是專為步行和騎行的遊客準備的，因此完全不用擔心有機動車出現的危險，絕對是休閒級騎行的最佳選擇。作為開車北上的港人遊客，着重輕裝簡行，若自帶單車則顯累贅，故必須預先了解一下大夫山的租車事宜。公園的南門和北門內花花草綠的單車共1,000多輛，包括單人車、情侶車、母子車和三人車，單人車又分為

普通休閒車和不同種類的山地車。一般騎行路線是從南門到北門的往返路程，若體力不佳的話，在南門租車，也可在北門還車。南門出發後，有一段上坡路較多，可能需要推行，之後就正式進入騎行綠道了。騎行綠道十分平整，沿途的風景也讓人應接不暇。綠道旁的森林有不同種類樹木分佈，竹林茂密的小徑幽靜陰涼，周末時也有不少新人在此拍攝婚紗照。另外，棕櫚樹林整齊挺拔，騎車經過時可感受到濃濃的熱帶氣息。

騎行到達北門，不遠處便是一座人工湖，湖邊碼頭停靠着各式各樣的遊船，湖水清澈，魚兒往來穿梭，湖畔四周被高大筆直的棕櫚樹包圍，綠樹、碧水、藍天、白雲，畫面美不勝收。這時候，棄車乘船將是個不錯的選擇。

★**玩樂推介**：公園中還有露天燒烤場、垂釣場、遊樂場、散步的木棧道。垂釣場主要分佈在南區，有非洲鯽塘、白鯽塘、雜魚塘，魚類品種繁多。魚塘是從附近的山上引流泉水，垂釣者坐在岸邊延伸出的長形木板上，旁有人形傘能蔽日，又能遮風擋雨。釣魚場則位於淺水區和小溪裡，對於城市的孩子來說，這樣野生的撈魚方式是特別的體驗。

★**吃喝推介**：在原生態的綠色環境中享受饕餮大餐，可增添不少野趣。園內設有能容納2,000人的燒烤場，錯落有致的平地建有石頭方桌，中間挖着長方形的洞，用來擺放燒烤架。燒烤場備有出售食物，每人消費價從39元(人民幣，下同)至219元不等，豐儉由人。

宜挑紅樹林小路觀鳥

據專業騎行者的建議，在十八涌騎行不要走大路，應盡量選擇那些縱橫交錯在田間、水鄉間、叢林間的小路。途中還可到紅樹林的木棧道裡騎，看看樹林裡的鳥兒，這都是城市中難得的體驗。一邊是水鄉或紅樹林，另一邊是一望無際的大海，這樣的路，騎單車最是舒服。

南沙十八涌的騎行路線主要是金洲—慶盛—海島島，該路線的體驗最為豐富，還可以乘渡輪遊海島。從金洲到慶盛的一路上都是甘蔗林和蔬菜大棚，是最好的鄉村原野景觀體驗路線；到慶盛後，更可乘坐輪渡前往海島島。抵達海島島上，可以環島騎行，島上有不少農家樂，美食也很誘人，再騎回金洲，全程約70公里。

★**玩樂推介**：另一條黃山魯森林公園線路，則是體能和技能的挑戰了。騎行上山需要一定的體力，也需準備一部性能較好的山地單車，因下山時特別危險，必須具有良好的技術。對於不少資深「騎友」來說，山上的環湖路風景是值得冒這個險。

★**吃喝推介**：在南沙騎行，品嚐當地的美食是必不可缺的。南沙的美食主要是水果及海鮮，可以在海鮮市場自行購買最新鮮的海鮮，然後拿到岸邊的小船上讓漁民加工。十九涌除了海鮮市場外，也有乾貨集市，處處可見各種大鹹魚和貝殼做成的長串風鈴掛在店面。如果在南沙過夜，住宿選擇包括天后宮附近的南沙大酒店和附近的酒店，也可以選擇龍穴島上的酒店。

交通指南 跟您走 有着數

番禺大夫山：從深圳灣口岸出發，沿廣深沿江高速行駛46.5公里，在威遠立交轉至廣佛高速行駛15公里，再沿廣州繞城高速行駛19公里。在張松互通立交轉至東新高速行駛7公里後行至禺山西路，1.4公里後到達目的地。全程1小時10分。

南沙十八涌：從深圳灣口岸出發，沿廣深沿江高速行駛46.5公里，在威遠立交轉至廣佛高速行駛15公里，然後沿南沙港快線行駛20公里，下高速至紅鋼路，在靈新大道南行駛2公里後即到。全程1小時11分。

增城鳳凰城：從深圳灣口岸出發，上濱南海海立交橋，沿南海大道行駛4.3公里至京港澳高速，行駛82公里後在新塘立交轉至廣深大道行駛2公里，轉至東江大道行駛1.7公里即至。

增城鳳凰城：休閒綠道 享譽廣東

增城區是廣州市轄區，位於廣東省中東部、廣州市東部，南與東莞隔江相望，東臨惠州，北界從化，西連廣州經濟技術開發區和中新知識城。在騎行方面，目前比較成熟的休閒綠道有兩條：第一條是從鳳凰城到白水寨的80公里綠道，經過荔新公路、增派公路、派高公路，沿途經過鳳凰城碧桂園、荔枝文化村、增城廣場、掛綠廣場、單車休閒健身道、蓮塘春色景區、何仙姑旅遊景區、小樓人家景區、白水寨風景名勝區等景區景點。

第二條是從鶴之洲至湖心島的30公里綠道，經過增江東岸河堤，穿過一環路、增正公路、正麻公路，沿途可飽覽增江鶴之洲景區、鳳塔、雁

塔、白湖水鄉景區、正果寺、湖心島景區等旅遊勝地。如果你想爬坡，有礁石嶺森林公園、太子坑森林公園、南香山等等，當然還有最出名、號稱「小學畢業證」的南昆山森林公園。

其中，第一條線路被譽為廣東最美的單車道，一邊是碧綠秀麗的小河，一邊是繁茂綿延的山林，與機動車道完全分離，讓遊客可安心地騎車「慢遊」。

欣賞風格迥異景觀帶

該單車道最特別之處，在於整個走向是沿着路、江流和村落穿行的，將增江河岸山水、田園風光、竹林幽徑、農家風情融為一體。沿單

車道前行，你還可欣賞到風格迥異的4種景觀帶，包括荔城到派潭鎮的「生態景觀帶」、報德祠風景區周圍的「田園風光帶」、派潭至江村江頭村的「濱水景觀帶」和江村江頭村以北的「白水寨風景區」。整條單車道設置了多個服務區，服務區內配置停車場、單車棚、涼亭、小賣部、洗手間等設施，並提供單車租賃服務。

★**玩樂推介**：在景點方面，增城有鳳台攬勝、正果佛爺寺、萬壽寺、古海遺蹟、白水寨、增城廣場等。

★**吃喝推介**：在美食方面，有荔枝、派潭蓋仔粉和燒雞、正果雲吞、增城特產蓮菜心等等。



■增城白水寨風景醉人。

廣州自助餐優惠

廣州白雲萬達希爾頓酒店感趣自助餐廳雙國美食薈，推廣期自即日起至10月15日。
自助晚餐(週日至週四) 328元人民幣/位
自助晚餐(週五、週六) 368元人民幣/位
以上價格需另加收15%服務費。

預訂熱線：(86 20) 6660 0666 轉 Ext. 6205
地點：廣州白雲萬達希爾頓酒店一樓感趣自助餐廳
時間：晚上6時至10時



中國國際漫畫節

時間：10月1日至5日
地點：廣州琶洲保利世貿博覽館

第四屆嶺南祠堂文化節

時間：10月7日至9日
地點：海珠區黃埔村

廣州鎮海樓歷代茶具精品展

時間：9月28日至10月30日
地點：廣州博物館(鎮海樓)

