



腾身一跃，
展现运动魅力。

龙山湖之冬。



乘热气球望长白山。

飞雪沐泉 乐享白山

——2025“长白山之冬”冰雪旅游季启动

本报记者 蔡冲春 金泽文 高源



雪道上的“娃娃军”。



◀ 鸭绿江冬捕。



▶ 雪谷市集上的
柳毛大串。

新雪季、新玩法、新体验。11月22日，2025“长白山之冬”冰雪旅游季在长白山国际度假区启动，拉开新雪季的序幕。

启动仪式上，“白山市2025—2026雪季活动推广大使”、第十五届全运会吉林代表团首金获得者、摔跤世界冠军张骐发出新雪季邀约，热忱欢迎全国乃至世界各地的朋友来白山市，在这里领略万里雪飘，饱览林海雪原，品尝人参盛宴，沐浴养生泉景，体验冰雪运动。

2025“长白山之冬”冰雪旅游季围绕“飞雪沐泉 乐享白山”主题，从2025年11月持续至2026年3月，以滑雪度假、温泉康养、边境民俗、冰雪研学为主题，设计包装5条适合不同年龄段、不同游玩时间的冬季精品线路攻略，开展涵盖冰雪文化、冰雪赛事、趣味冰雪、亲子度假、研学体验、演出展览、全民冰雪运动等领域的90余项系列活动。

——冰雪旅游。白山市浑江区第四届鸭绿江·龙山湖渔猎文化活动、白山市江源区仙人谷雪地徒步、临江市“边城烟火·寻味临江”乡村美食嘉年华、靖宇县“松花江雪谷市集”、抚松县人参养生膳食大赛、长白县“冰雪奇缘·边境冬韵”冰雪季等系列活动。

——冰雪文化。举办多项文化演出、展览及一些群众性参与度较高的活动。通过“冰雪欢歌”主题系列群众文艺演出、“吉风吉韵送吉祥”服务游客主题系列文艺演出、“博物馆里过大年”“环高铁冰雪画廊”摄影与短视频大赛、跨年晚会等活动，丰富游客的文化体验。通过文化赋能，营造浓厚的冰雪旅游氛围，提升冰雪旅游品质。

——冰雪赛事。借助白山的冰雪优势和体育传统优势，举办精彩纷呈的冰雪赛事。举办全国第十二届大众冰雪季分会场暨第三届中国·吉林松花江滑冰挑战赛、白山市高山滑雪邀请赛，承办吉林国际高山/单板滑雪挑战赛。同时，举办适合群众、游客参与的滑冰、滑雪公益培训活动、雪地足球、冰上龙舟、雪地徒步等“全民上冰雪”系列活动。通过类型多样、内容丰富的冰雪赛事，让广大冰雪运动爱好者和游客齐聚白山，共赴冰雪之约。

——冰雪体验。突出白山冰雪的娱乐性、互动性和观赏性，通过举办冰雪徒步之旅、亲子冰雪探索之旅、市集剧场、雪山烟花秀、主题夜游、非遗打铁花、凤凰等特色项目，充分展示白山冰雪魅力，提升游客滑雪、嬉雪、玩雪的参与度。

新雪季：五大冰雪旅游产品

——滑雪度假。依托长白山国际度假区、长白山华美胜地旅游度假区两大国家级度假区，打造高性价比的雪季住滑套餐。除极致的滑雪体验外，游客还可享受戏雪乐园、汉拿山温泉、水乐园、雪屋火锅、网红漂流、森林亲子戏雪乐园、YOYO鹿苑、UTV丛林越野、寒冬冰钓、深雪露营等多种雪季新玩法。作为全国首批国家级滑雪旅游度假地，长白山国际度假区冰雪旅游及度假配套产品十分丰富。种类多样的雪道，既可以举办全国乃至世界级的滑雪赛事，又可以满足不同类型、级别的滑雪爱好者游玩。还有国内首家IP主题趣味性滑雪主题乐园——冒险儿童滑雪主题乐园及水乐园、冰雪乐园、世界雪屋等游乐设施。11家不同档次的住宿餐饮设施，可以为游客提供一流的度假体验。作为国家体育旅游示范基地，长白山华美胜地旅游度假区以“幸福感”为核心，围绕初级、中级滑雪者与亲子家庭需求，推出滑雪、娱雪、特色活动等多板块的冰雪产品，为游客呈现一个超越传统滑雪的冬日一站式度假目的地。

——温泉康养。依托长白山仙人桥温泉旅游度假区、长白山国际度假区汉拿山温泉、长白山华美胜地旅游度假区地中海温泉、抚松万良人参小镇、中国人参博物馆，打造一个集温泉、康养两大卖点的冬季产品。这里的温泉富含氢、锶、钙、镁、硫化氢等矿物质，可溶可饮，具有美容养颜、保健疗养的功效。依托国内罕见的高温泉景，长白山仙人桥温泉旅游度假区与沈白高铁长白山西站周边的抚松万良人参小镇、中国人参博物馆等景区形成联动，丰富旅游供给，让游客在沐浴温泉中领略万里雪飘、品尝人参盛宴。

——边境民俗。依托“醉”美冰雪丝路——G331白山冰雪边境线路，串联白山市浑江区的龙山湖景区，临江市的龙头山景区、松岭雪村，长白县的千年崖城景区、果园民俗村等景区景点，为游客提供雪滑梯、冰爬犁等特色冰雪项目，品尝东北酸菜锅、朝鲜族脊骨锅等特色餐饮，体验关东年俗、朝鲜族民俗。

——冰雪研学。为青少年和亲子家庭游客提供研学服务。依托域内丰富的文博场馆和冰雪教学资源，串联长白山

满族文化博物馆、中国松花石博物馆、四季冰雪乐园、长白山华美胜地旅游度假区、锦江木屋村、杨靖宇将军殉国地、四保临江战役纪念馆、陈云旧居等景区景点，形成冰雪研学线路，将冰雪教学、文博研学、民俗体验、红色教育相结合，形成一个涵盖“游、学、研”全过程的青少年研学体系，让孩子们在体验滑冰嬉雪魅力的同时寓教于乐。

——全民嬉雪。聚焦“松花江雪谷市集”和全民嬉雪，为游客提供“利民、便民、全民”的冰雪产品。“雪谷市集”将覆盖秧歌表演、雪地蹦迪、滑冰挑战赛、雪地足球、百米大滑梯等40多种业态，为游客呈现一场具有东北特色的主题集市文旅活动。全民嬉雪则是在白山主城区江面打造一个集娱雪乐园、夜经济街区、文艺展演于一体，全民参与的冰雪活动。游客可在市区内游玩冰滑梯、雪地摩托、马拉爬犁等冰雪项目，突出群众娱乐，丰富游客体验。

新玩法：五条冰雪旅游线路

新雪季，白山市围绕冰雪旅游资源 and 冰雪项目，配合新雪季冰雪旅游产品，以滑雪度假、温泉康养、边境民俗、冰雪研学、全民嬉雪为主题，设计包装适合不同年龄段、不同游玩时间的5条冬季精品线路，进一步提高白山冰雪旅游吸引力。

——滑雪度假游：长白山国际度假区—长白山西景区—长白山华美胜地旅游度假区—松花江生态旅游风景区（雪谷市集）—花园星空农场—爱仁小城。

——温泉康养游：长白山国际度假区—汉拿山温泉—长白山华美胜地旅游度假区—地中海温泉—万良人参市场—抚松人参博物馆—露水河长白山狩猎度假区—仙人桥温泉旅游度假区。

——边境民俗游：龙山湖旅游景区—松岭雪村—龙头山滑雪场—鸭绿江文化展示中心—鸭绿江国际文化交流中心—长白口岸—灵光塔风景区—长白果园民俗村—千年崖城—四海为家溪境雪庐露营地。

——冰雪研学游：长白山满族文化博物馆—白山市四季冰雪乐园—中国松花石博物馆—八里坡文化园（瑞鑫度假区）—杨靖宇将军殉国地—松花江生态旅游风景区（雪谷市集）—锦江木屋村—长白山华美胜地旅游度假区—四保临江战役纪念馆—陈云旧居纪念馆。

——全民嬉雪游：龙山湖景区—浑江区体育公园—七道江会议纪念馆—浑江区党史展馆—大兵箱湖玩街区—浑江区江面—白山市四季冰雪乐园—河口画家村。

新体验：八大冰雪旅游打卡地

——长白山国际度假区。长白山国际度假区雪场全新升级。白龙雪道下段加宽，打造成为“长白山最宽雪道”；全新开放一条野雪道，新增3条高级野雪树林道，让雪友们尽情探索多样雪上魅力；地形公园、君子嘻哈公园和新建的单板公园街区，将解锁滑雪、餐饮与潮玩相结合的新体验。

——长白山华美胜地。长白山华美胜地旅游度假区全新升级娱雪乐园，超级雪圈、欢乐娱雪、狂野机车、深雪露营、游客服务、品牌合作、旅拍服务七大主题板块，覆盖全年龄段的冰雪娱乐，为游客提供个性化玩雪体验。

——露水河长白山狩猎度假区。度假区的森林覆盖率达95.5%，冬日白雪皑皑，漫步在林中栈道，如入童话世界。森林中有澄澈的碧泉湖，可泛舟湖上，赏湖畔玉树琼枝。林中还有四季恒温的露水河，冬季漂流，赏两岸雾凇奇观。度假区建有森林人家、林景星空房、森林生态酒店，可栖息林中，远离城市喧嚣，享受静谧时光。还可以在导猎员的指导下体验狩猎，学习野外追踪知识等。

——仙人桥温泉旅游度假区。位于抚松县仙人桥镇，拥有得天独厚的地热资源高温泉景，环境优美，集温泉、医疗、酒店、康养度假等为一体。度假区的每一间客房都引入天然温泉水，公共区域也设置有多元化汤池，如鱼疗池、药浴池等，也有依山而建的泡池，可一边赏雪景，一边温暖泡汤。

——千年崖城风景区。风景区坐落在“长白山下第一县”长白县，建在悬崖之上。登上悬崖玻璃廊桥，可俯瞰脚下的鸭绿江。风景区以“千年崖城”命名，因这里曾是唐渤海国遗址，景区建筑便是以唐渤海国建筑风格建造，古风盎然。在这里可以逛崖城古集，住朝鲜族民宿，欣赏民族歌舞，品尝打糕、辣白菜等美食，玩悬崖秋千、步步惊心桥等刺激项目。

——松花江生态旅游风景区。风景区坐落在松花江上游，是依托火山地质遗迹、火山熔岩台地等地质景观建立的景区，可欣赏到原生态高海拔森林湖畔景观。可在岸边观赏冬日江面雾气升腾，两岸银装素裹的景观。玩累了可在景区的农家乐里品尝新鲜的松花江鱼铁锅炖、传统火锅、烧烤等特色美食。

——龙山湖旅游景区。位于白山市浑江区的龙山湖，拥有1岛、3洞、16峰、108景等自然景观。冬日湖泊换上冬装，满目白雪皑皑，银装素裹。在这里，可以慢慢安逸静谧的冬日湖景。随后可到三道沟镇感受渔猎文化，品尝用新鲜的鸭绿江鱼制作的全鱼宴，用本地溜达鸡制作的佳肴等，享受一日边境小镇生活。

——龙头山景区。龙头山景区位于临江市坡口村，景区依山傍水，是集餐饮、住宿、娱乐等为一体的综合休闲度假区。雪场拥有一条适合初级滑雪爱好者和小朋友的雪道，内设有完善的配套设施，还有教练培训服务，为初学者提供贴心的指导。

如梦如幻的冰雪世界。