



海曙文旅供图

### 海曙·深溪盘山古道

深溪盘山古道又叫“龙鹭登山步道”，位于海曙区集士港镇，起点为该镇深溪村长生寺，是一条环形线路。古道由龙鹭古道、龙岗古道、鹭岭古道三部分构成，多数路段仍保留古朴原始风貌，充满野趣。

古道沿途景点超多，如长生寺、龙鹭寺、龙王堂，以及潘家田水库、静安茶园、龙潭、柴经石刻、灵龟问道等。这里现在已经是宁波热门徒步古道，遛娃打卡的家庭络绎不绝，亲子拍照出片率超高！

**古道位置：**海曙区集士港镇深溪村（起、终点为同一处）



鄞州文旅供图

### 鄞州·亭溪岭古道

亭溪岭又叫“藤溪岭”“腾飞岭”。据记载，唐宋时这里就有山路，到清代，古道修筑得愈发规整，曾是鄞东南重要的交通要道，往岭东可通咸祥、大嵩，渡象山港到丹城和石浦；往南过横溪、大岙能到奉化白杜或裘村；往西乘横溪航船就能进宁波城内。

亭溪岭东南高峻、西北平缓，古道沿途有四座凉亭，带娃走累了就能随时歇脚赏春。从岭巅出发能直达横溪周边最高的百步尖，登顶俯瞰漫山春日绿意，满眼生机超治愈！

**古道位置：**鄞州区横溪镇周夹村—东钱湖镇城杨村

## 春假正当时 宁波亲子徒步指南

# 出发！

宁波春假正当时！暂别作业本，奔赴山野间，带娃开启家门口的徒步之旅，解锁“边走边学”的自然课堂。慢逛慢赏+趣味打卡，娃走不腻；亲子互动+春日美景，随手出片。每一步都藏着小惊喜，把山野风光与成长点滴，都装进记忆。



余姚文旅供图

### 余姚·芝林古道

芝林古道位于宁波四明山北麓，自大隐镇芝林村始，至陆埠镇蒋岙村大坪地自然村止。古道始建于南宋时期，至今已有890多年历史，是芝林村与蒋岙村往来通道，也是现在游客观光“浙东小九寨”景区的主要游步道。

古道沿途溪流蜿蜒曲折，两侧山峦弯弯，竹木茂盛，飞瀑灵动，潭泉连绵。亲子徒步时，不仅能感受清新的自然生态，更能畅享品山、观竹、戏水、赏石的欢乐时光。

**古道位置：**余姚市大隐镇芝林村—陆埠镇大坪地村



宁海文旅供图

### 宁海·霞客古道

被徐霞客偏爱的古道，超适合带娃来打卡！霞客古道（宁海段）南北走向，起于岔路镇西山下村，止于王爱山金桃基地附近。明代徐霞客两次由宁海到天台山都经过这儿，还写下了不朽篇章。

如今这一段古道、路廊和两旁的风光，仍保留着四百年前的韵致，存有松门岭路廊、万嵩庵等人文古迹，春日走在其间，满目绿意，景色绝佳，亲子漫步氛围感直接拉满。

**古道位置：**宁海县岔路镇西山下村—岔路镇吕家村



奉化文旅供图

### 奉化·栖霞坑古道

栖霞坑古道修建于唐代，由奉化栖霞坑村经余姚唐田村至奉化壶潭村。古时是新昌、嵊州通往奉化、宁波的重要通道。

古道路面基本由石板、鹅卵石铺就，风貌古朴，两侧森林以竹林、乔木林为主，春日草木葱茏、生机勃勃。沿线不仅有奇峰、湖泊等自然景观，能远观险崖、近赏叠瀑，还藏着王氏宗祠、显应庙、长安桥、凤仪亭、永济桥等10余处历史建筑，带娃边走边逛，人文与自然完美融合。

**古道位置：**奉化区溪口镇栖霞坑村—余姚市四明山镇唐田村—奉化区溪口镇壶潭村



东钱湖旅游供图

### 东钱湖·环湖生态路线

东钱湖环湖生态路线串联宁波野生动物园、青雷寺、小普陀、南宋石刻公园、韩岭老街五大点位，一路湖光相伴、人文荟萃，是超省心的亲子徒步一日游线。

带娃沿湖漫步，去野生动物园投喂萌趣小动物，前往小普陀感受湖风拂面，去南宋石刻公园邂逅宋韵风雅，到韩岭老街品尝特色小吃，休闲遛娃一站式搞定。

**古道位置：**东钱湖沿岸（宁波野生动物园—青雷寺—小普陀—南宋石刻公园—韩岭老街）

#### ● 徒步 Tips

穿舒适防滑的徒步鞋，春日山间早晚微凉，记得给小朋友备一件薄外套。

部分路段较长，带娃量力而行，注意安全，慢逛慢走才能收获更多亲子美好瞬间。

建议带足饮用水和小零食，保持山野整洁，随身垃圾记得带走哦。

前往招宝山、宁波野生动物园、南宋石刻公园等需购票，可提前预约，游玩更顺畅。

记者 王思勤