

潮文化

小团队、小众路线、没有购物点、不用早起、不用赶行程、有跟拍、同龄人旅行氛围轻松……这样的跟团游你会喜欢吗？

在不少人的印象中，说到跟团游，首先想到的是那句“上车

睡觉，下车拍照，回家啥都不知道”，还有踩不完的“坑”等不完

的迟到团友。但如今，一种新式的跟团游逐渐在旅游爱好者群体中走红，“小团游”“主题游”“定制游”“半自助游”……更精细、更多样、更有趣的玩法，让许多人直呼“上瘾”。

比传统跟团游自由度高、舒适性强、游玩路线小众

“新团游”来了！

■ 海南日报全媒体记者 刘晓惠 实习生 劳兰婷

新式跟团游
旅行更放松、更自由

在沙特阿拉伯深入沙漠腹地探险，在迪拜登上“碟中谍”同款高塔，在印度尼西亚的火山脚下泡温泉，在格鲁吉亚探访古村落……这是海口市民梁惠筠今年以来的旅游足迹，其中的大部分旅程，她都选择了“小团游”“定制游”“半自助游”等新式跟团模式。

梁惠筠是一名旅游爱好者，平时只要一有时间，她就会成为“空中飞人”，到世界各地寻找旅行的意义。一开始，她通过参加普通旅游团的方式旅游，但“赶鸭式游览”、“机械式打卡”让她感到不自在。后来，她在一些旅游的公众号、App上发现可以报名参加小众旅游团，她便加入了这一行列。

“传统的跟团游虽然方便省心，但行程安排过于紧凑，缺乏个性化和深度体验。而选择小团队、主题明确的旅游方式后，我能够更加深入地了解每个目的地的文化和风土人情。”最让梁惠筠满意的是，在小团游里，她还能结识到志同道合的旅伴，共同分享旅行中的乐趣。

与传统跟团游不同，这样的新式旅游团人数一般在2人到9人，它摒弃了传统的“一条路线卖所有人”的旅游模式，主打个性化、定制化、舒适化。在人员配备上，以领队为核心，他就像一个你的很了解当地情况的好朋友，带大家深度游玩陌生的国度。

今年5月，梁惠筠约了3名好友一起加入了一个只有7人的旅游团，开启一趟长达17天的西亚之旅。

“这次的领队是我之前在旅行中认识的朋友，她对阿塞拜疆、格鲁吉亚等地比较熟。”梁惠筠说，领队和传统意义上的导游不同，除了做好设计线路、订酒店、推荐餐厅、讲解当地历史文化等工作，还会随时根据大家的需求改变行程。

有一天，梁惠筠一行在亚美尼亚游玩，当天的行程安排的都是参观教堂。一路看下来，梁惠筠一行人觉得有些视觉疲劳了，便向领队提出能不能换一处风景，领队答应得很爽快，于是大伙就转到附近的一个纪念馆参观。

这样极具灵活性的旅游方式，在一般的跟团游里是做不到的。梁惠筠说，人少的好处就是可以根据个人兴趣和体力情况调整行程，不必担心因为团队中有人掉队而影响整

体行程。“这样的旅游方式，让我在旅途中感到更加放松和自由，旅行的品质也得到了显著提升。”

创新旅游产品
让游客真正享受旅行乐趣

随着个性化旅游需求的增加，越来越多的旅游机构也开始推出小团队、主题明确的旅游产品。对于像梁惠筠这样的旅游爱好者来说，这样的跟团游无疑是一种新的旅行趋势，也是他们所追求的旅行方式。

在海南，有不少旅游机构也推出这样的新式旅游团。

今年“五一”假期，来自西安的刘菲在某线上旅游平台上，加入了一个“半自助游”团队——其中两天时间跟8人小团一起游玩知名景点，剩下三天自由活动。总的费用算下来，还比自己游玩便宜了500多元。

游玩回来后，刘菲说，团里都是20-30岁的年轻人，大家生活作息同步，又有共同话题，一路上相处愉快，说说笑笑十分热闹。即使回来了，大家还常在微信群里聊天。

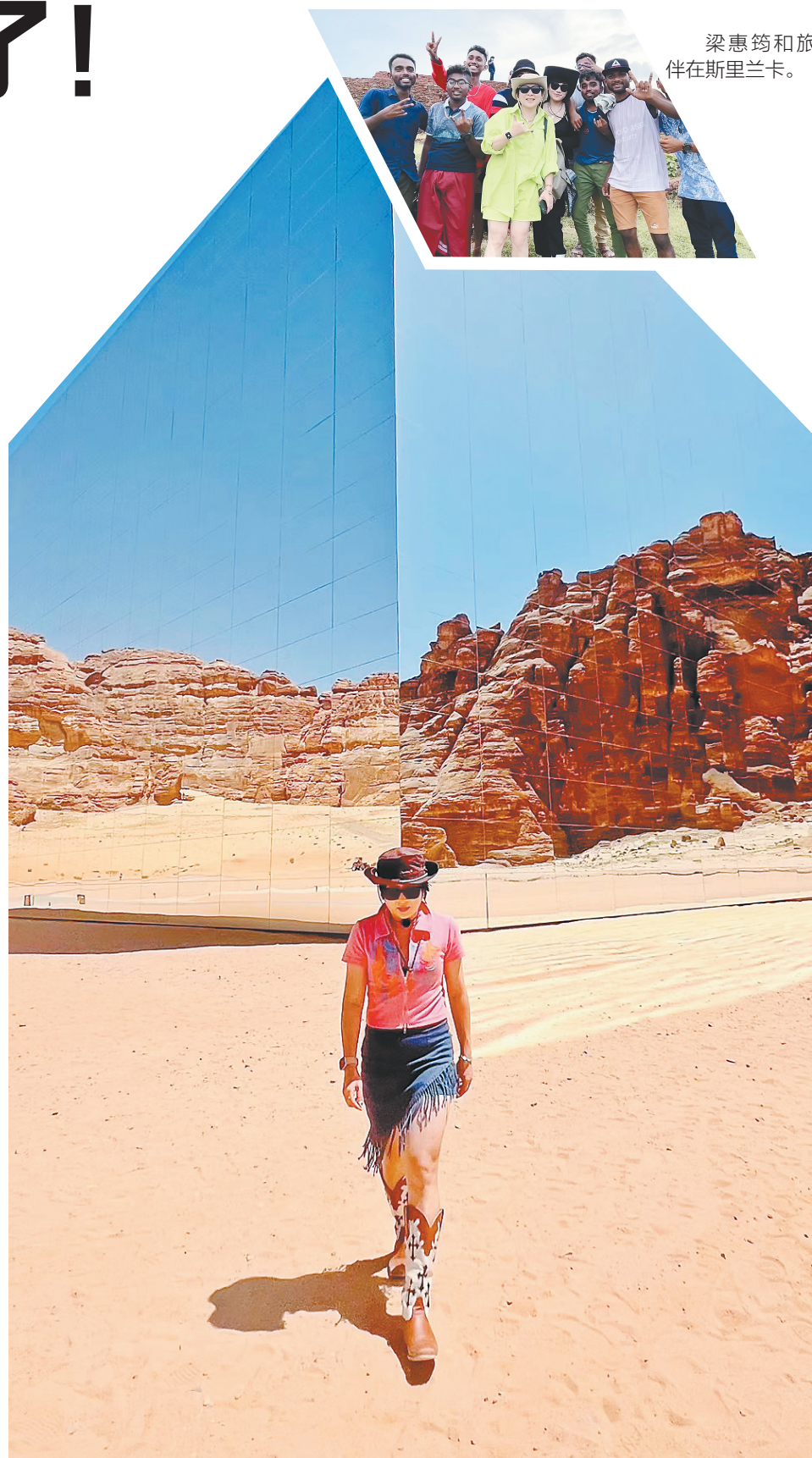
“在这之前我根本没想过跟团游，怕‘踩坑’，没想到现在的跟团游打破了我之前的‘刻板印象’。”刘菲说，这样的旅游方式不仅划算，最大限度地保证旅游的自由度，还能扩大交际圈，认识新朋友，比自由行更有性价比。

从前，跟团游属于卖方市场，由旅行社制定“游戏规则”，跟团的游客缺少自由度，新式跟团游的兴起，也让众多旅行社改变“打法”，主动迎合市场，挖掘商机。

海南椰暉旅行社总经理梁晓静介绍，为应对游客需求的变化，在业务布局上，旅行社也在开发更多符合个性化需求的旅游产品，包括定制游、自助游、跟拍游等。这些产品不仅注重行程的灵活性和深度体验，还特别强调旅行的舒适度和自由度，让游客能够真正享受到旅行的乐趣。

此外，还有一些旅行社为了吸引更多的年轻人加入，还特别推出了“同龄团”产品，让年轻人可以在旅途中结交朋友，分享旅行故事。这种社交元素的加入，让旅行不仅仅是观光，更成为一种社交活动。

总的来说，这种新型的跟团游模式，通过提供更加个性化、灵活和舒适的旅行体验，正在逐渐改变人们对传统跟团游的刻板印象，成为旅游市场中的一股新潮流。



梁惠筠在沙特阿拉伯艾尔埃拉(AluLa)。受访者供图

一文速读

开渔之旅「尝鲜」走起

■ 海南日报全媒体记者 陈子仪 李艳玫

经过三个半月休渔期的“休养生息”，南海将重归热闹。开渔节作为我省独具特色的文化节庆，不仅寄托着渔民们耕海丰收的期盼，还是全民共享开渔喜悦、传承海洋文化的启航时刻。

这一天，渔民们用他们独有的方式，向养育了他们祖祖辈辈的大海表达敬意。从庄重的祭海仪式到热闹的开船典礼，每一项活动都承载着深厚的文化意义和对未来的美好祈愿。那么，在这个充满期待的开渔节，应该如何尽情享受这份独特的文化盛宴呢？又有哪些地方是不错过的体验之地？

去琼海
参加祭海仪式

至今，潭门渔民还保留着祭祀“108兄弟公”的传统。传说在明朝时期，潭门渔民出海捕鱼时被海盗频繁骚扰，为了自我保护，潭门的108位渔民结成了兄弟同盟，承诺共同面对生死。有一次遭遇海盗时，这些渔民团结一致，成功抵御了海盗的攻击。然而，在另一次航行中，这108位渔民不幸遭遇了猛烈的风暴，全部遇难。

为了纪念这些勇敢的渔民，潭门当地形成了一个习俗，即建造兄弟公庙并定期举行祭祀仪式。每当开海捕鱼之前，渔民们会穿上传统服装，拜“108兄弟公”。潭门镇老船长卢家炳表示，祭祀时，渔民会用煮熟的全猪，或是猪头猪尾供奉在兄弟公的牌位前，烧香敬酒，祈愿平安与丰收。

伴随着锣鼓声及舞龙舞狮表演来到渔船旁，祭司会在渔船的桅杆上贴上带有吉祥话语的红纸条，例如“一帆风顺”“主将帅八面威风”“先锋将军威风凛凛”和“大吉大利”等。这场充满仪式感的祭祀不仅是对历史的传承，也是潭门镇渔民与大自然和谐共处的一种体现。

8月16日至17日，“2024年第十届琼海潭门赶海季”活动将在潭门举行。在活动开幕式仪式上，“祭祀兄弟公出海仪式”这一国家级非物质文化遗产习俗，将再次向市民游客展示海南独特的海洋文化。

去三亚
欣赏鱼拓艺术

海南日报全媒体记者了解到，8月16日当天，在三亚崖州中心渔港，将上演2024三亚崖州开渔节系列活动，具体包括开渔仪式、耕海民俗、渔民表达、海洋科普、全民开“渔”五个篇章内容，为市民游客奉上一场文旅融合的开渔盛宴。

当天11时45分，当号角吹响，渔船将从三亚崖州中心渔港竞相出海，争捕开渔第一网，收获最大的“头鱼”。当天下午还将举办头鱼拍卖活动，也是开渔节中最引人注目的环节之一。头鱼拍卖中的“头鱼”寓意着丰收与吉祥，是渔民们对新一季渔获的期许与祝福。头鱼往往体型庞大、肉质鲜美，在拍卖过程中，商家们会竞相出价，最终由出价最高的商家拍得头鱼。

在崖州中心渔港水产品交易中心，鱼拓艺术展将展出45幅渔业从业者及对渔业感兴趣的市民创作的鱼拓作品。据介绍，鱼拓是用墨汁或颜料通过拓印技术，将鱼的形态、纹理等细节展现于纸上的一种传统艺术形式。从70多岁的渔村奶奶，到几岁的孩子，都将参与进来，完成属于自己的鱼拓作品。而观众可以透过每一幅作品，去了解关于渔村、渔民、渔业的故事。

崖州中心渔港海洋文化科普馆也将于开渔节当天开馆，展出丰富的海洋生物标本和模型，还设置互动体验区，公众可体验钓鱼机等设备。当天还将举办摸鱼大赛，两人一组徒手摸鱼，每轮10分钟，所有轮次结束后根据摸鱼数量评出前三名。市民游客还可参与渔书传情活动，写下祝福投递进渔港信箱，传递给亲朋好友。



去年三亚开渔节上，渔民参加捕鱼比赛。海南日报全媒体记者 王程龙 摄

观澜

跑酷安全注意事项

● 热身与拉伸

每次训练前后都要进行充分的热身和拉伸，以预防肌肉拉伤和其他运动损伤。

● 使用专业装备

穿着合适的跑鞋，以确保足够的抓地力和缓冲；必要时使用护具，如手套、膝盖护具等，以减少受伤风险。

● 环境评估

在开始训练前，仔细检查训练场地，确保没有危险物品或不稳固的结构。

● 逐步进阶

不要急于求成，应根据自己的水平逐步提升难度，避免超出自身能力范围的动作。

● 同伴互助

尽可能与朋友一起训练，相互监督，遇到紧急情况时能够提供及时帮助。

● 遵守规则

了解并遵守当地的跑酷社区规则，尊重他人，不在禁止区域进行训练。

● 紧急准备

随身携带手机或其他通讯设备，以便在紧急情况下求助。

文字整理/蔡佳倩

一潮人潮品

城市「疾风」
跑酷运动闯进大众视野

■ 海南日报全媒体记者 刁霁尧

这正是跑酷比赛的两种类型：竞速和追逐。

海南聚恒体育中心(以下简称聚恒体育)创始人刘广科向海南日报全媒体记者介绍，竞速赛就是在相同的障碍赛道中，看谁的用时最短；追逐赛则是两名选手一抓一躲，抓住即获胜，业内称之为“鬼抓人”。

10岁的选手金俊熙特意从三亚赶来，参加U10混合追逐和个人竞速两项比赛。他在三亚系统学习跑酷还不到半年，却已经深深迷上了这项运动，“特别好玩”。

比赛协办单位之一海南鱼光七月文化传媒有限公司总经理高诚慧介绍，去年该公司就曾参与举办了首届海口市龙华区观澜湖跑酷邀请赛(以下简称邀请赛)，针对性地邀请国内知名选手参赛。今年比赛则改为面向全国招募，7岁以上即可参加，共吸引了全国150名不同年龄段的选手来椰城赴约。

“攀跑酷是刻在人类基因里的本能，尤其是孩子更喜欢爬高跑跳，所以大家的积极态度并不让人意外。”比赛裁判长周俊说。

实际上，周俊还有一个身份：中国跑酷国家队教练。“跑”过全国许多地方，他认为海南很适合这项运动，“跑酷需要有连续的障碍。很多城市满足这一条件的场地都在居民小区。而海南既满足这一场地条件，风景又特别好，这是一大优势。”

家长认可 广受欢迎

11日上午，赛事激战正酣，25岁的苏李威目不转睛地盯着面前的两位小选手，以裁判身份站在追逐赛场旁观战。

苏李威长期定居海口，15岁就

开始练习跑酷，是海南较早接触跑酷运动的爱好者之一，还受邀担当了此次比赛宣传短片的主角。在去年的邀请赛上，他则作为选手和2名省外队友一起拿到了冠军。

苏李威告诉记者，10年前，海南的traceur(跑酷训练者)还很少，也没有正规教学机构，只能靠看视频自学和互相交流。

对苏李威来说，跑酷的魅力在于不但能够锻炼身体反应能力，还可以增强自信。“经过无数个日夜的积累，某一天在好友的陪伴下，终于实现了动作上的突破，大家一起欢呼、击掌，是件很美好的事情。”他说。

“跑酷是运动的综合体，能够锻炼身体的协调性、平衡性等多个方面。”11日在比赛现场为女儿加油的海口市民邓先生说。他12岁的女儿已经学习跑酷2年，“孩子就是在磕磕碰碰中成长。只要她有兴趣，我们就支持她学。”

学习跑酷的人越来越多，对应的是海南逐渐铺开的培训机构。刘广科告诉记者，通过与其他俱乐部的日常交流，他了解到，海口现在开设跑酷课程的俱乐部已有20多家，每家学员都在不断增加。以他所经营的聚恒体育为例，目前拥有约300名跑酷学员，而且每个月的续费、新签学员加在一起基本都有30人左右。

不只是了解跑酷、学习跑酷的人乐在其中，在商场门口的比赛也吸引了不少观众。

“跑酷在海南已经逐渐得到了官方和民间的认可。”苏李威感慨。

作为一个涉足较早的traceur，苏李威梦想着未来能有更多人了解跑酷、参与跑酷，让这项运动在海南蔚然成风。

双手支撑、身体前跃。以城市为舞台全力奔跑，腾空而起时，仿佛整个世界都在脚下。

在巴黎奥运会开幕式上，一名身披斗篷的火炬手在巴黎屋顶间跳跃穿梭，身姿轻巧，点燃火炬的同时，也让跑酷这项一度小众的运动再次闯进大众视野，牢牢抓住了全球的目光。

8月10日~11日，一场跑酷比赛在海口多家商场上演。选手们在跑道内攀爬跑跳、各显神通，博得观众阵阵喝彩。

跑酷一词起源于法语parkour，2004年凭借法国著名导演吕克·贝松的影片《暴力街区》成功出圈。不借助器械、不依靠科技，仅靠人自身的运动和反应能力跨越各类障碍，让这项运动成为“刺激”“酷”“帅”“青春”“挑战”的代名词。

而在海南，跑酷正以其独特魅力吸引着越来越多人投身其中。一个个矫健身姿跑过公园和沙滩，一次次纵身跃起、空翻落地，利落地划破夕阳与海风，为这座风光旖旎的热带岛屿又平添了一道风景。

街头“激战” 攀爬跑跳

奔跑、攀爬、跳跃、翻滚，时如鱼跃，时似猫爬……8月11日上午，2024海口龙华跑酷挑战赛决赛在王府井海垦广场的户外广场举行，竞速选手们敏捷地翻越一个个障碍，赢得观众尖叫欢呼。

而在旁边的追逐赛场，随着哨声响起，两名选手分别作为追逐者和躲避者，在赛场内来回跑动、穿梭、跳跃，并通过观察、预测对手的跑位，决定自己的下一步动作。



海南跑酷达人苏李威。

受访者供图