

国庆中秋不远游，在云阳体验别样假期

10月2日攀登“万里长江第一梯”

这个国庆中秋假期，不必远行。来重庆云阳，你既能在“万里长江第一梯”上感受体育竞技的热血沸腾，又能沉浸于三峡梯城独特的山水人文之间，品尝地道美食，度过一个充满活力的黄金周。10月2日，云阳登云梯登高赛即将开跑。这座拥有1999级阶梯、垂直高差达200多米的“世界最长的城市人字梯”，将迎接来自全国各地的选手在此竞速攀登。

作为山地城市的重庆，垂直攀登类比赛是最具辨识度和代表性的文体旅项目之一。本次比赛由重庆日报报业集团策划主办，重庆晚报·重庆轨道传媒与云动体育联合执行，预计将吸引大量观众前来观赛和旅游，成为文体旅融合的一抹亮色。

体育盛宴

家门口欣赏高水平赛事

云阳登云梯起于长江边的滨江大道，止于新县城制高点磐石城下，全长1450米、宽30米、共1999级，垂直高差达200多米；整个梯道横贯城市中央，顺坡而上，形成巨大的“人”字形，被誉为“万里长江第一梯”，创中国世界纪录协会“世界最长的城市人字梯”纪录。



云阳“登云梯”

10月2日，来自全国各地的运动健儿便将在这1999级的梯步上展开激烈角逐。

除了是体育竞技圣地，“登云梯”还蕴含着美好的寓意——登高迎新祈福是云阳人过年的“保留节目”。每年大年初一，人们都怀揣着对新年的美好愿景，扶老携幼，沿着“登云梯”拾级而上。

这个假期，市民、游客在家门口就能欣赏到高水平的体育赛事，近距离感受云阳的攀登精神与人文温度。

“赛事+文旅”

假期尽情体验云阳深度游

赛事组委会还致力于推动“跟着赛事去旅行”的理念。完赛之后，选手和游客可以尽情体验云阳的深度游，度过一个充实的长假——

侠义豪情游

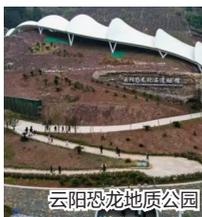
从现代竞技场的“登云梯”，穿越至张飞庙，感受三国风云与千古英雄的忠义豪情。



张飞庙



云阳龙缸国家地质公园



云阳恐龙地质公园



黎明古村

地质奇观游

前往云阳龙缸国家地质公园，见识比“天梯”更震撼的自然造化，在“天下第一缸”的龙缸天坑旁感受“与龙共生”。

恐龙化石神秘游

探索云阳壮观的“恐龙史诗”，这里发掘出的侏罗纪时期恐龙化石墙，是世界面积最大的单体恐龙化石墙。

人文历史游

偏爱人文历史的游客还可以探访黎明古村，欣赏完好的传统民居与古朴村落风貌。

舌尖云阳

特色风味藏在一日三餐里

云阳的美食同样不可辜负。云阳的风味藏在一日三餐里，每一口都充满了特色。

清晨的街头，一碗云阳包面最是暖心——薄皮裹着鲜肉馅，汤底撒上葱花，鲜香直抵心底。

午餐可寻味特色硬菜，尤其别错过云阳盐帮菜。紫苏土鸡汤汤味鲜醇、温润滋养；张飞酱牛肉咸香入味，尽显传统卤制手艺；泡豇豆翘壳鱼酸香开胃，鱼肉鲜嫩入味；羊脚经过15小时慢炖，软糯、脱骨、入味，让人难以忘怀。

傍晚逛夜市，能遇见更多惊喜：扣碗格格蒸得软糯入味，肉香混着米粉香；云安羊杂滋味醇厚，吃一碗浑身冒汗；收尾再来份故陵麦子粩，软糯可口，满口留香。



金秋胜景

20场特色活动好吃好玩

重庆晚报记者了解到，本次云阳“登云梯”登高赛是云阳第五届“天生云阳”金秋季的重要组成部分。

金秋季以“汇聚新动能 打造新地标”为主题，推出了“1会2赛6活动”主体框架，将举办超过20场特色配套活动。这些活动覆盖文旅、美食、体育、商贸、科技等全领域，为市民和游客呈现一场精彩纷呈的金秋盛宴。包括面食美食大赛、磐石城遗址公园开园、婚拍黄金季活动等多样化的体验内容。

通过这些活动，云阳全方位展示“长江岸上风景好，世界龙乡展新姿”的独特魅力，为国庆假期不远游的市民提供了丰富的娱乐选择，同享秋日胜景。



云阳登云梯登高赛10月2日开赛 赢大奖游云阳

云阳登云梯登高赛将于10月2日在云阳举行，男女个人奖各取前12名，第一名奖金3000元；第二名奖金2000元；第三名奖金1000元；第四至第六名奖金分别为800元、700元、600元；第七至第十二名奖金均为300元。

同时，云阳赛特设团队奖，每个团队由10人组成，以净成绩最好的4名男子选手加2名女子选手的成绩作为团队成绩，取前三名。奖金分别为3000元、2000元、1000元。

为致敬每一位勇于攀登的选手，组委会还为大家准备了惊喜大礼包——选手凭本人身份证，于10月1日—10月8日期间可享受三大核心景区（云阳龙缸、云阳恐龙化石遗址馆、张飞庙）首次门票5折优惠。

还在等什么
赶紧扫码报名吧



重庆晚报·厢遇首席记者 王薇 实习生 赵欣怡
图据云阳微发布、云阳文旅