

一城一山 登遍四川 2026 大型城市登山联赛

春光正好 来给家乡拍张美美的“峰”面

每个市州，都有一座山，藏着一城人的记忆。在你心里，一提名字就涌上乡愁的山峰，是哪一座？

3月13日，2026“一城一山·登遍四川”——寻找21市州人气“峰”面征集投票活动正式开启后，不少网友晒出各种美美的登山照，为家乡和心目中的那座山“扎起”。

春日阳光正好，正是登山踏青时。快拿出你的手机、相机，拍下并上传你心目中的“峰”面图，与21市州的山同台比拼。

庐山和灵山，你爱哪一座？

近日，网名“安同学”的网友上传并推荐了凉山的庐山和灵山景区。

西昌庐山，紧邻邛海，山水相依。主峰海拔2317米，与邛海形成807米的壮阔高差。山间珍稀植物九龙汉柏苍然挺立，见证了无数个春夏秋冬。山、水、城在此完美相融，庐山既是自然的馈赠，也是城市的灵魂。如果不想走远，又想感受“海”与山的拥抱，选这里准没错。

冕宁灵山，静卧在小相岭之麓，主峰海拔4140米。4.7公里的石级古道从山脚蜿蜒而上，每一步都踏在历史的青苔与自然的呼吸之间。

站在灵山寺前，北望阳糯雪山白雪皑皑，西眺牦牛山如黛，南观卫星发射基地腾空而起，东瞰大凉山千峰叠嶂——四个方向，四种风光，一座山



庐山与邛海山水相依。网友“安同学”供图

就能看遍。

雅拉雪山和二郎山风景各异

在推荐的“峰”面中，川西的美照尤其多。

雅拉雪山，海拔5884米，终年积雪。它西北与墨尔多神山相望，东南连接木格措的澄澈，东北毗邻玉科大草原的辽阔。雅拉河从雪山深处奔涌而出，滋养着冰川、红杉原始森林与雅拉友措等高山湖泊。

喇叭河二郎山，则以另一种姿态迎接来客。彩色石滩斑斓如画，山间风光四季各异。更为难得的是交通便利，让更多人得以亲近这片秘境，在彩林与溪流之间，感受大自然的鬼斧神工。想看雪山又怕高反？来这儿，准没错。

念念不忘南充人的“后花园”

如果说川西的山以雄奇取胜，那么南充西山则以温润融入城市闻名。作为国家4A级景区，它坐拥十二座翠峰，是嘉陵江畔当之无愧的“城市绿肺”。山在城中，城在山下，西山融三国豪情、忠义精神、佛教文化与红色记忆于一体。

万卷楼纪念着《三国志》的作者陈寿，开汉楼铭记着纪信的忠烈，千年古刹栖乐寺香火绵延。登楼远眺，果城繁华与嘉陵江烟波尽收眼底。南充网友强烈推荐：不想去景区人挤人，又想找个地方透气？西山就是南充人的后花园。

快来为身边的“峰”面拍照

群山无言，却各有故事。它们是地理的坐标，也是情感的寄托。在你心中，念念不忘的山峰又是哪一座？

这个春天，阳光正好，不如就出发吧。顺便拍张照，上传到“一城一山·登遍四川”活动页面，为家乡的山“撑腰”——说不定，下一个上推荐的就是你家门口那座山。

本次活动征集时间为3月13日至4月20日，投票通道将于3月25日开启，4月20日结束。

活动无参与门槛，无论你是本地居民还是外地驴友，各地网友均可参与，且每个用户可推荐多座四川省内的山峰，尽情分享心中的川蜀地标

“峰”景。

需要注意的是，推荐作品需以山峰全称为作品名称，搭配1张横版4:3的原创照片，照片需清晰体现山峰明显特征，同时撰写100字以内的推荐理由，突出山峰自然风貌、地域特色等核心亮点，最后按山峰实际所在地，选择对应的市州名称。

为方便参与，活动开设便捷推荐通道，覆盖微信端与封面新闻APP。其中，封面新闻APP可通过三种方式进入活动页：一是注册登录后点击首页悬浮球；二是在“我的”页面找到“热门活动”板块进入；三是通过2026“一城一山·登遍四川”专题及相关文章的活动入口参与。微信端则直接扫描活动宣传二维码，或点击活动链接，一键直达推荐页面。

3月，踏春登山正当时。在尽享春光的同时，别忘了拿起相机、手机，拍下你心目中的“峰”面参与活动。

传递喜悦、分享美景和为“心头好”打Call的同时，还有可能在投票阶段胜出，获得最后的多重大奖哦！

华西都市报—封面新闻记者 刘彦君



扫码推荐喜爱的山峰

近日，一组俯瞰视角下四川雅安春茶交易的画面在网络走红。数百名茶农身背竹篓，如涌动的荷叶般涌入茶叶交易市场。这幅充满生机的流动场景被网友亲切地形容为“移动的抹茶小蛋糕”，全网点赞量过万，成为今年雅安春茶季最具传播力的视觉符号。

拍摄下这震撼一幕的，是雅安本地摄影爱好者“雾雨”。过去3年，她数十次往返于雅安各大鲜叶交易市场，用镜头定格“明前茶”交易的点点滴滴。

3月19日，“雾雨”在接受华西都市报、封面新闻记者采访时坦言，自己坚持记录的初衷，是希望通过这些画面，让更多人看见茶农劳作的不易，读懂每一片茶叶背后的汗水与坚守。

所谓“明前茶”，特指清明前采摘制作的茶叶。因为芽叶细嫩，造就茶汤清幽、口感鲜爽的品质。

为了锁住这份极致的鲜爽，“明前茶”的生产全流程都在与时间赛跑，“当日采、当日卖、当日制”是雷打不动的铁律。雅安的双河鲜叶交易市场和红星镇鲜叶交易市场，是

茶农们每日奔赴的“战场”——一个上午11点开市，一个下午1点开市。“雾雨”拍下的画面，就位于这两个交易市场。

在“雾雨”的镜头之外，是茶农们不为人知的辛劳。她告诉记者，通常在开市前半小时，市场门口就己人头攒动。茶农们骑着摩托车、三轮车，载着满满当当的希望赶来，背着背篓等候。那些在镜头里看起来唯美流动的画面，背后都是茶农上山采茶的辛苦。

辛苦的付出也有回报。“雾雨”透露，采摘明前茶，茶农们的收入也颇为可观。这段时间，不少茶农一天能卖出上千元的鲜叶。她希望，今后用更多唯美的画面，让雅安春茶走进更多人的视野。

华西都市报—封面新闻记者 秦怡 柴枫桔

► 雅安春茶交易画面。网友“雾雨”摄



移动的抹茶小蛋糕上线

摄影师·想让更多人看见茶农的不易

国铁成都局3月加开54列“赏花专列”

华西都市报讯(记者曹菲)为方便旅客春日出游，国铁成都局结合川渝黔三地文旅特色与客流需求，在3月加开54列“赏花专列”，用动车串联西南大地最美春光。

四川主打“都市+乡村”双场景赏花，国铁成都局持续优化运力，在成雅、成灌、成彭等线路上增开多趟动车组列车，覆盖青城山、崇州、大邑等热门赏花地，方便旅客短途踏青。

重庆聚焦“山城通勤+近郊赏花”，国铁成都局围绕永川、潼南、合川、南川等赏花点位，在成渝城际铁路、渝厦高铁重庆东至黔江段等线路上加开动车组列车，并加密夜间班次，保障旅客轻松返程。

贵州迎来“春游与春运同旺”，成都局集团公司通过“专线补能+外局联动”的方式，在渝贵铁路、成贵高铁、盘兴高铁等线路上增开贵阳至毕节、安顺等方向动车组列车。成都东、重庆西、贵阳北等川渝黔主要车站均有动车直达兴义南，动车组串联贵安樱花园、百里杜鹃、万峰林油菜花海等景点，实现成渝两地旅客当日直达、往返。