

一城一浪： 收好这份江苏水乐园清凉地图

暑气渐浓，亲水消暑正当时。5月底至6月中下旬，江苏多地水上乐园陆续开园。从室内恒温到森林秘境，从极速挑战到亲子嬉水——这份清凉地图，助你规划夏日玩水之旅。

孔小芳/文 图片由各乐园提供



南京玛雅海滩水公园



徐州方特水上乐园



南京直飞延吉航线开通 每周4班约3小时可达

日前，延吉—南京直飞定期航线正式开通，每周一、三、五、日发班，全程约3小时。

地处长白山脉北麓的延吉，民俗底蕴深厚、旅游资源丰富。当地夏季平均气温仅22℃，凉爽舒适。在这里，游客可以“一站式”畅享朝鲜族烤肉、冷面、打糕、米肠等特色美食；沉浸式体验朝鲜族服饰、民俗园、非遗技艺等特色民俗项目；轻松打卡延吉恐龙王国度假区，欣赏边境风光与自然生态，畅享清凉避暑之旅。

2026中国极限运动大赛 全民可参赛

飞檐走壁的攀岩、风驰电掣的竞速、酷炫炸场的街舞、浪花飞溅的橡皮艇……6月3日至11日，2026中国极限运动大赛·南京即将开赛，十大顶级赛事扎堆亮相。本届大赛最大亮点，就是全民可参与、全龄更友好。中国极限速度赛专门搭建50米标准直道，10岁—55岁均可报名。极限追逐赛主打青少年大众参与，赛道模拟真实户外复杂场景，集趣味、挑战、锻炼于一体，帮助青少年走出课堂、锤炼意志，丰富成长经历。

端午假期中青年主导短途游 民俗体验与家庭游成亮点

端午假期临近，途牛最新预订数据显示，今年端午旅游市场呈现“中青年主导、中短途领跑，民俗体验升温、亲子互动增强”的特点。20至49岁用户出游人次占比超七成，2至3天行程成主流。

民俗体验热度攀升，包粽子、汉服游园、龙舟赛事等活动颇受欢迎。自由行预订火爆，广州、上海、北京等地主题乐园及休闲度假套餐受青睐。恰逢父亲节，亲子游、父母同游比例明显上升，北京、上海、三亚、杭州等为家庭游客热门目的地。此外，随着气温上升，贵州、新疆、甘肃等西南、西北避暑长线游热度走高。

出境游方面，韩国、法国、瑞士、意大利等目的地预订热度领先，50岁以上年长者成为主力，欧洲多国连线游产品位居前列。同时，以上海为母港的邮轮产品也成为家庭客群热门选择。

玩水小贴士

必备物品：防水手机袋、防滑沙滩鞋、高倍防晒霜。

错峰出行：工作日及上午客流较少，周末下午及夜间人流密集。

提前购票：通过官方渠道提前购票可享早鸟优惠。

入园须知：大部分水世界禁止携带自热食品、大型泳圈、宠物等，出发前查阅官方公告。

安全提醒：高速滑道、造浪池区域务必遵守指引，量力而行；儿童及老人需家人陪同。

防晒补水：户外园区每隔2小时补涂防晒，适时补充水分，防止中暑。

之门、海猫部落、深海历险、盐岭积雪四大主题片区。28项水上游乐设施包括超级龙卷风、巨蟒滑道、翻江倒海等，覆盖刺激、休闲与亲子需求。

宿迁·牛角村MOMO乐园冰川水域 (6月20日左右开园)

园区核心亲水游乐区，实行季节性差异化运营。春夏季运营水上竹筏及碰碰船，夏季划分为浅水区与深水区，不定期举办摸鱼大赛、亲子游泳接力、水球对抗等活动。

南通·森迪戏水萌蛭池 (暑期开放)

乐园是专为低龄亲子打造的嬉水天地。萌趣蛭鱼互动装置、小冲天、缤纷彩虹滑道一应俱全，搭配卡通喷水、迷你滑梯、蘑菇喷淋等设施，童趣满满。

设计，建筑与水景、绿植一体化。园区规划雨林部落区、椰林海湾区、潟湖秘境区三大主题分区，主打亲子互动、潮流刺激、静谧休闲，打造昼夜全时段游玩场景。

扬州·加勒比水世界 (6月18日开园)

作为扬州世博园康体休闲配套项目，园区占地6.7万平方米。其中最受瞩目的当属高18.5米的蓝色圆环巨型水滑梯——“加勒比之眼”，系江苏首台同类设备。约6000平方米的“海神造浪池”可实现浪潮与DJ音乐实时联动，白天模拟汹涌海浪，夜晚化身灯光音乐秀场，游乐设施覆盖亲子戏水到极限挑战。

常州·天目湖水世界 (6月19日开园)

在山水间玩水，在自然中降温。3800平方米造浪池掀起激浪狂欢，巨蟒滑道、家庭大滑板等带来高空俯冲快感，400米玛雅漂流河悠闲惬意，宝贝乐园专为小朋友设计。夜场延长欢乐时光。

苏州·森林水世界 (6月19日开园)

Waterpop造浪音乐季双舞台焕新登场，灯光舞美全面升级。十余款网红水上项目全部开放，设有高颜值打卡点与自助躺平区。

盐城·长乐水世界 (6月19日开园)

双河双岛布局，设有盐幻

区、休息区、儿童水寨等区域新增多处遮阳棚，《飓风湾》项目采用安全地板新材料对地面进行升级改造，赤脚行走更舒适。

从5月30日至6月30日，徐州方特水上乐园推出特惠标准票69.9元、特惠双人票135元，可通过“方特旅游”APP或官方抖音、美团等渠道提前一天购票。随着水上乐园回归，徐州方特旅游度假区全面重启“水陆双园+熊出没酒店”全业态模式。

其他打卡推荐

无锡·融创水世界 (5月29日已开园)

全室内恒温水乐园，无惧天气与日晒。白相鸭主题街区推出趣味闯关互动，机械赛博电音秀激情开演。水上投篮赛、水中大合唱、泼水大战等互动项目层出不穷。旋风大浪板、超级大碗等明星设备带来全程心跳加速的刺激体验，水上漂流则让人尽享悠闲时光。

南京玛雅海滩水公园 (6月13日开园)

“潮玩嗨岛季”打造沉浸式赶海体验，海鲜市集实景还原，水上闯关挑战趣味十足。30余项水上游乐全龄覆盖，双龙过山车、眼镜王蛇等王牌设备刺激拉满，近万平方米造浪池与亚马孙漂流适合休闲放松。

泰州·海乐园 (6月13日开园)

室内恒温水乐园，占地超3.3万平方米，创新“陆地游轮”

徐州方特水上乐园领衔回归 民谣乐队陪你快乐一“夏”

5月30日，徐州方特水上乐园正式开园，以水质保障、服务配套、演出互动、氛围营造四大维度全面升级，开启2026夏季运营。

今年，乐园的演出与互动更丰富。除了水枪对战、泼水接力、水上拔河等趣味互动游戏外，更有“男团·女团”“特色佻族”等主题NPC(由真人扮演的互动角色)遍布核心区域，与游客合影互动，随机派送惊喜。夜场时段，造浪池还将举办DJ电音派对，为游客打造沉浸式水上狂欢盛宴。还特别新增多处夏日主题打卡点，搭配泡泡机营造梦幻般的浪漫场景。同步引入乐队民谣演出，以轻快旋律点亮游园氛围，充分满足游客拍照分享与沉浸式休闲需求。

园区十六大经典水上项目一票畅玩，涵盖刺激挑战与休闲嬉水，适配全年龄段游客需求。其中，“飓风湾”打造双区造浪体验，成人区可掀起约3米高的巨浪，儿童区浪花平缓温柔；“大喇叭”垂直落差约20米，四人一筏在漩涡中极速旋转；“丛林漂流”全长约1200米，穿越热带雨林主题场景。“飞跃河谷”“翻江倒海”“熊出没水寨”等经典项目同步开放。欢乐游玩之余，游客可前往“部落食代”主题餐饮区品尝特色美食、畅饮解暑饮品。

水上乐园的水质和设施是游客最为关注的。据了解，徐州方特水上乐园今年也对水质保障进行升级管理。园区对所有水域完成深度清洗消毒，启用24小时在线水质监测系统，确保水质符合国家标准。在排队