

走,一起去追夜空中最亮的星

有多久没有抬头看星星了?城市里的夜空偶尔亮几颗星,显得有些孤单。

七月至八月,是一年中可见星体最多、观测银河中心的最佳窗口期。入夜后,星体最密集的“银河核心”区域将悬于夜空——但要看清它,还需要大气通透、光污染少、云量低,甚至月相也得配合。

这个夏天,不妨走远一点,去真正暗下来的地方。我们梳理了这份“追星”指南——江苏盱眙、盐城和宁夏中卫,各有各的风景,也各有各的节奏,供你出行参考。

孔小芳/文 图片由被访单位提供

盱眙天泉湖的星空

盱眙·天泉湖: 离南京最近的观星地

盱眙天泉湖旅游度假区地处南北地理分界线,大气通透,光污染极少,负氧离子含量是周边城市的四十多倍。2001年,中科院紫金山天文台盱眙观测站落户于此,使其成为观星黄金地点。

每年夏天,英仙座流星雨都会准时光顾,速度快、数量多,仅凭肉眼就能观测,堪称“天文入门”的首选。而天泉湖正是观赏这场“宇宙烟花”的绝佳位置。

天泉湖能成为观星胜地,光有自然禀赋远远不够,更要靠一整套“人为守护”的机制:环湖路的路灯压低高度,仅提供基本照明,避免光线向天空散射;酒店不设楼顶亮化。正是这些细节,为暗夜留出了空间。

自2021年起,天泉湖已连续多年举办天文论坛及流星雨观测活动,每场吸引上千名来自全国的天文爱好者齐聚“追星”。2026年星空大会将于8月12日举行,白天安排以星空观测为主题的分享会,8月12日夜晚为观测核心时段。现场将配备专业天文科普老师,设有大口径天文望远镜用于天文观测,同时指导初学者辨认夏季星座,掌握流星雨观测技巧。今年主场地设在金陵山庄草坪区,视野开阔,是观测流星雨的佳处。此外,天泉湖畔的“孤独树”——“盱眙小川藏线”的标志性景观,远离光源干扰,适合架上相机拍星轨。活动期间主会场还将同步开设星空集市与星空音乐会,可提前关注“天泉湖旅游度假区”公众号获取活动详情。

住宿推荐:度假区内有金陵山庄、两可间艺术酒店等,但流星雨观测期间房源紧张,建议提前两周预订。

餐饮推荐:可安排在天泉湖旅游度假区农家乐,盱眙小龙虾

和土菜是特色。

游乐推荐:夜间的星河固然动人,白天的天泉湖同样不单调。白天可参观天文科技馆,徒步铁山寺国家森林公园,体验漂流;或前往桃园采摘,将自然与人文体验串联成一条完整的短途线路。

出行建议:天泉湖夜间气温比市区低五六摄氏度,观星时记得备一件外套。

盐城·野鹿荡: 暗夜星空下的湿地秘境

野鹿荡位于盐城大丰,是继西藏阿里、那曲之后中国第三个暗夜星空保护地,也是全国少有的能凭肉眼清晰看见银河的地方。这里远离城市光污染,夏季可观银河,冬季可辨星座,1月象限仪流星雨、7至8月英仙座流星雨、12月双子座流星雨轮番登场。透过望远镜,木星的卫星、土星的光环尽收眼底。

这里是野生麋鹿的家园,林茂草丰,湖泊星罗棋布。观星广场位于野鹿荡中心,四周无光污染,大气通透,视野开阔。从盐城市区驾车一个多小时,导航可设为“野鹿荡星空营地”。区域内配有时空研学基地、观星小院等设施,常态化开展天文科普活动,可通过相关公众号查询预约。

游乐推荐:有网友分享了一条“追星”路线:白天追麋鹿,傍晚在启明路等候日落,夜间拍摄星轨,随后前往日出海湾租帐篷或睡在车里,次日清晨看日出,退潮后还能赶海,一次行程收获多重体验。

出行建议:出发前下载“天文通”APP,提前查询银河升起时间。夜间蚊虫较多,驱蚊水需备足。这里尤其适合亲子家庭和自然爱好者,在观星的同时开展湿



两可间艺术酒店

地生态研学,让旅行兼具趣味与知识。

宁夏·中卫:星星的故乡

如果愿意走得更远,宁夏中卫提供的是另一种量级的观星体验。

宁夏年均近三百个晴夜,光污染极少,大部分地区夏秋两季观星适宜度均为“非常适宜”,被称作“星星的故乡”。宁夏已举办多期全国星空旅游大会,推出12条主题观星线路,涵盖沙漠、酒庄、山林等不同场景。在宁夏,观星方式多样:可以入住沙坡头景区的沙漠星星酒店,这里沙丘环绕,有阵列式天文观测站,配套了星空课堂、裸眼观星等体验项目,配备专业观星导师,带领住客观赏星座,据介绍,每年6至9月基本满房。此外,贺兰山国家森林公园的“松涛星语”、哈巴湖暗夜公园的“湖光星影”、葡萄酒庄的“葡园星醺”,都是别具一格的观星场景。其中哈巴湖国家级自然保护区设有天文台,可利用专业设备探索深空天体,还可拍摄到最纯净的星空。此外,宁夏目前已形成较为成熟的星空旅游服务体系,多数观星点均提供望远镜租赁和导师讲解服务。

推荐住宿:沙漠星星酒店体验最佳但价格较高,旺季需提前预订。中卫市区也有多家酒店可供选择,价格适中,但需自驾前往沙漠边缘观星。

出行建议:沙漠白天炎热,夜间降温快,七八月夜间气温约二十摄氏度出头,体感舒适。相机需注意防沙。

全国适宜观星区域推荐

中国气象局公共气象服务中心近期发布了2026年暑期观星指南,以下精选部分推荐地,供规划观星行程时参考。

北京市怀柔区汤河口镇:此地大气透明度高、云量少,视野开阔,时常能观赏到星空云海的自然奇观。

内蒙古自治区阿拉善盟腾格里沙漠营地:该观星地海拔1311米,远离城市,光污染程度小,晴天出现频率高。

辽宁省本溪市桓仁满族自治县五女山:该观星地海拔804米。场地大气能见度高、云量低,暗夜观测条件优良。

陕西省留坝县火烧店镇秦岭星空小镇:该观星地海拔1100米。此地光污染极轻微,设有陕西省唯一乡村天文台,常年开展秦岭气候、物候及自然研学活动。

青海省海西州茶卡盐湖:该观星地海拔3060米。大气透明度高,星点闪烁程度低(视宁度高),云量少,肉眼观测银河的清晰度极高。

新疆维吾尔自治区哈密伊州区大海道景区:该观星地海拔173米。此地大气透明度高、云量少,几乎不存在光污染。

重庆市武隆区大洞河乡罩

云山:该观星地海拔1928米。大气透明度高,光污染少,晴朗夜晚肉眼可见银河横跨天际。

四川省雅安市牛背山风景区山顶:该观星地海拔3666米。被《国家地理》杂志评为“360度全方位‘中国最大的观景平台’”,大气透明度高、云量少,远离城市光污染少。

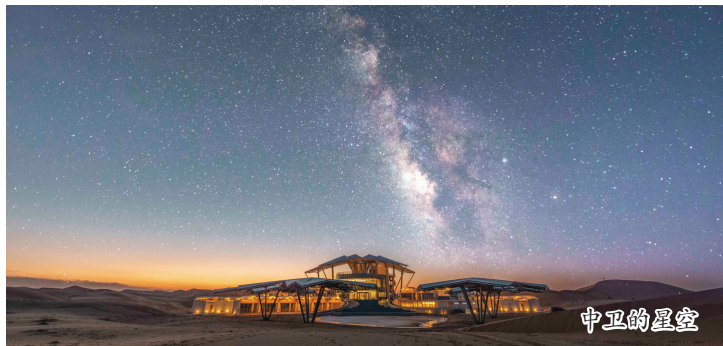
西藏自治区林芝米林市:该观星地海拔3151米,大气透明度高、云量少。

浙江省衢州市开化县长虹乡:获评“世界暗夜保护地”,地处全国唯一的“国家公园银河小镇”。其中高田坑村为高标准星空主题村庄,并配套建设暗夜公园天文馆。

福建省闽侯县大湖乡:该观星地海拔1052米。此地光污染程度极低,夏秋季空中净空环境出色,适合观星。

广东省深圳市西涌国际暗夜社区:该观星地海拔10米。这里是专业暗夜社区,光环境条件优异,大气透明度高,能见银河景观,银心高度可观。

海南省文昌市铺前镇木兰湾:该观星地海拔97米。场地紧邻海洋,空气流通性好、大气洁净,云量少、光害低,是优质观星场地。



中卫的星空