

苏州高新区

山水承古,文体造潮,烟火聚人 玩出最“鲜活”的江南

提起江南,你的第一反应是什么?
在河畔街区缓步闲逛,在城市公园吹风放空,沉浸式邂逅一场国风夜色……每个人心中,都藏着一份独属于自己的江南期待。
在苏州高新区,这份期许都能一一落地。
作为区人口平均年龄35.8岁,这里自带鲜活潮流的城市气质,以年轻人的视角重新解读江南,让千年传统文脉真正“活”在当下。
一组数据印证这份吸引力:苏州高新区年接待游客超1500万人次,旅游总收入突破220亿元,青年游客、过夜游客占比稳步走高。
在苏州高新区,玩出最“活”的江南。

扬子晚报/紫牛新闻见习记者 孙汉仑



旧韵焕新潮夜宴! 夜游出圈,激活城市烟火肌理

在苏州高新区,历史可以沉浸式“玩”起来。不仿古、不复刻、不堆砌复古元素。老遗存的归宿,不是封进玻璃柜,而是融入年轻人的夜生活。

千年运河畔的浒墅关蚕里街区,完整保留老厂房、红房子、老影院,守住浒墅关漕运的历史记忆。

白日氛围静谧,苏州蚕桑文化公园内西陵堂、催青楼静静诉说运河旧事,适合慢慢寻访历史。

夜幕降临,街区切换青年模式。Live音乐会、青年市集、文创潮店、艺术快闪轮番登场,老旧红房子,化身年轻人相聚的文艺据点。

古静与新潮在此相遇,晚风、乐声、市集与夜游光影,勾勒出苏州高新区多彩的夜间模样。

树山脚下的通安桥头市集9月上新,河畔灯火次第点亮,乡土风物摊位、特色美食、文创手作、现场乐队轮番登场,古风对诗等互动活动穿插其间,已成为苏州高新区新晋夜间休闲打卡地。

不必奔赴远方,河畔灯火、烟火,就近便可遇见。白马涧龙池景区即将推出“清润寻踪奇幻夜溯”溯溪夜游。依托山谷溪涧的天然环境,戏剧化光影、流水水雾点亮山间,森林影院、实景演绎将轮番上演。白日漫步山林吸氧,入夜后走进流光溪涧,自然山水搭配沉浸式夜游体验,感受不一样的山野魅力。

说到苏州高新区的欢乐去处,苏州乐园是绕不开的名字。

它承载着几代苏州人的欢乐记忆,依托“三园一MALL”一体化模式,森林世界、糖果世界联动WideWild外野商业街区,兼顾刺激游乐、亲子休闲与商业消费。过山车、高空项目释放压力,萌趣巡游、亲子演艺适配家庭出游,秋日解压游园会带来趣味赛事、萌宠互动与治愈演出,朋友结伴、全家出行,都能找到适合自己的玩法。

来自南京的游客小周和朋友专程前来游玩:“苏州不只有温婉古韵,也有这种可以放肆嗨玩的地方。白天逛文博看山水,晚上来乐园放松解压,这才是完整的假期。”

以年轻审美造山水!

国际级公园,刷新城市生态体验

苏州高新区的山水,会刷新大众对城市公园的固有认知。

斩获WUP世界城市公园协会“卓越新建公园奖”的狮山公园,是江苏首个获此国际荣誉的城市公园。

公园采用低干预设计,保留狮山原生山体、古泉与石刻遗存,把原汁原味的山水还给城市。

5公里智慧数字跑道、氛围感十足的临水栈道、大小不一的轻量化休闲空间散落园内。慢跑、城市漫步、轻露营、湖边拍照,年轻人向往的松弛感在这里触手可及。

适配年轻群体的游玩体验,让狮山公园口碑持续走高。2025年接待游客360万人次,预计2026年接待量将达450万人次,登山单日最高流量可达1.6万人次。

它的亮点不止自然风光。地下通道串联起狮山公园、苏博西馆、狮山大剧院、苏州科技馆。逛公园、观展览、打卡科普场馆,一条路线就能全部实现,无需来回奔波。

白天在苏博西馆品读文物底蕴,傍晚狮山市集烟火升腾,夜间湖畔演艺轮番上演。自然生态、文博资源、潮流业态不再是相互割裂的景点,而是一套完整连贯的出游体验。

在苏州上大学的小钱多次打卡狮山文化广场,道出这片区域的独特优势:“很多城市的文旅是割裂单一的,自然、文化、潮流互不兼容。但苏州高新区的文旅逻辑很年轻化,把静态风景变成动态场景,一趟出行能兼顾休闲、审美与文化体验,非常契合当代年轻人的出游习惯。”

古画破圈入实景!

一文一景,解锁古今江南浪漫

就在狮山脚下,苏州博物馆西馆迎来重磅文化大展,清代徐扬创作的国宝长卷《姑苏繁华图》时隔20年重回苏州展出。这件国家一级文物,全长超12米,画卷绘有四千八百余人物,房屋、桥梁、商号鳞次栉比,全景记录清代苏州的市井商贸与民俗风物,被誉为“清代苏州生活百科全书”。

不止于展厅内静态观展,特展期间,9月10日,第三届全国小剧场戏剧优秀剧目展演暨“江南小剧场”秋季演出季在苏州高新区狮山文化广场正式启幕。这是继2024年秋日之约后,这场“国字号”小剧场戏剧展演再到苏州。而这一次的开幕舞台,就搭在苏州高新区的“家门口”。活动当晚,狮山文化广场还配套主题雅集活动:舞者踏乐起舞,书生、仕女、货郎在广场巡游,耳畔评弹婉转,身旁非遗市集,你可以沉浸式邂逅古画场景,两百年前的姑苏繁华,就近在眼前、触手可及。

更有特色的是这里的“票根经济”,用一张票根,将游客带入苏州高新区的大街小巷。

凭博物馆、景区票根,就能解锁商圈、酒店、非遗门店多项福利。一张票根串联起观



展、游玩、逛市集、住酒店、手作体验,形成一套“省心”友好的微度假闭环。来自河南的游客苗女士专门带着女儿奔赴苏州高新区打卡特展:“行程是女儿网上做的攻略,就冲着《姑苏繁华图》而来。看完展览,我们打算用票根继续解锁周边,深度感受这座新城。”

高新区文旅局相关负责人介绍,此次依托《姑苏繁华图》热展,高新区深挖“票根经济”潜力,共联动4家重点景区、3家非遗商户、3家商超及6家高品质酒店,推出系列惠民惠游举措,打造出“特展可看、实景可游、文化可感、产品可购、流量可留”的全新文旅生态,把展厅的文化热度转化为全域消费活力,让游览消费场景持续拓展,有效吸引广大游客前来体验,为区域文旅消费注入强劲动能。

文体融合新玩法!

全域运动,适配四季活力度假

四季游玩的选择,不止乐园狂欢与国风夜游。苏州高新区深耕文体旅融合发展,解锁多元运动休闲场景,打破季节限制,让活力度假贯穿全年,适配全年龄段、不同需求的游玩体验。

苏州热雪奇迹作为苏州市区首家大型室内真雪场馆,1.8万平方米冰雪空间常年恒温零下6℃。初级、中级双雪道搭配亲子娱雪区,新手可以入门练习,发烧友能够进阶滑行,一年四季都能体验滑雪乐趣,无需远赴山野,在城市核心区就能邂逅冰雪狂欢。

苏州热雪奇迹市场营销部负责人强金明介绍,滑雪场的常客,是18—35岁的年轻人,新客中约六成此前从未滑过雪。“只要你踩上了雪板,有第一次就会有第二次”。沉浸式的冰雪运动体验,不仅丰富了城市文旅业态,更成为年轻人解压社交、潮流运动的全新选择。

除了四季可玩的冰雪运动,苏州高新区持续解锁年轻化、沉浸式运动体验,依托临湖生态优势,这里拥有华东顶尖的川流匹克球(华东)产业示范基地,配套多片国



际标准场地,轻量解压的新潮球类运动,成为年轻人社交、亲子休闲的热门选择。同时,太湖1号公路等专属骑行线路风光绝佳,搭配环太湖自行车运动公园,山水相伴的骑行体验适配全年龄段爱好者,追风逐景的户外骑行,让运动与山水完美融合。

潮流匹克球、环太湖自行车骑行两大特色运动,丰富了高新文旅业态,打破传统出游模式,实现动静相宜、四季可玩的全新度假体验,让青春活力贯穿全域文旅场景。传统与鲜活并不冲突,古韵和青春,在这片土地上完美共存。

为什么要来苏州高新区?

如果你想看到不一样的江南,这里会给你一个全新答案。