

【方位】：余姚大隐芝林村。
【交通】：从南站中巴车站乘中巴车到大隐，车费6元，步行2公里到芝林村。
【看点】：芝林景区的精华在于白岩溪，恍如人间仙境，沿溪竹密林茂。
【攻略】：刚进入芝林，映入眼帘的就是一潭清澈如镜的溪水，这就是白岩溪，整条古道的精华所在。白岩溪整体水很浅，水流也比较缓和，非常适合戏水游玩。在白岩溪最好玩的一件就是做鱼疗，只要把脚丫子放进水里，成群的小鱼就会游过来啃你的皮肤角质，那种痒嗖嗖的感觉舒服极了。
古道一路有溪流相伴，并且高度起伏不大，适合任一年龄段的人群攀爬。整条古道有三分之一的路段是由竹林构成的。此外，这里又被世人称为“浙东小九寨沟”，环境清新，风景秀丽，与真正的九寨沟一样，有着世外桃源的意境。



【芝林古道】

在宁波周边的一些大山深处，深藏着许多古岭道，随着时代变迁，大多的古道渐失其用，消失在岁月中，但是留存的古道却成了驴友们探索的休闲胜地。找一天休假的日子，约上三五好友，一起去古道上走一走，既锻炼身体又能欣赏美景放松心情，爱徒步的您绝对不能错过。

记者 朱锦华 整理

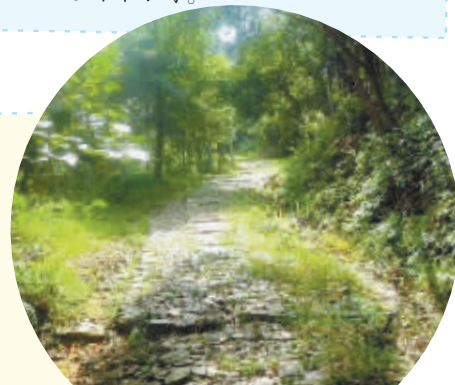
玩转宁波十大古道

爬山赏景，您绝对不能错过



【亭溪岭古道】

【方位】：鄞州区横溪镇周夹畚村→东钱湖镇城杨村。
【交通】：(1)从七塔寺乘111公交车到横溪车费2元。(2)从汽车东站乘629公交车到横溪，车费3元。
【看点】：这里是历史上鄞东南交通要道，山道平缓，风景旖旎，亭溪岭古道上一路有七座凉亭，亭联有“行行行行且止，坐坐坐坐再走”。
【攻略】：亭溪岭全线2公里不到，不用多久就到山顶。亭溪岭的出口前面就是周夹畚村，与松石岭相邻，体力较好的人，完全可以把亭溪岭和松石岭连起来走，全程也就3~4个小时。



【孝子岭古道】

【方位】：北仑灵峰寺→茅洋寺。
【交通】：从福明公交站乘155公交车到阿育王寺，车费2元，然后步行3公里到灵峰寺。
【看点】：上灵峰寺拜葛仙翁，再去茅洋寺拜葛仙圣母。
【攻略】：孝子岭是条原始古道，由于年久失修，古道整体风貌比较古朴。沿古道入口上去，很快能看到上灵峰寺的石阶，从灵峰寺后门开始，才算是真正意义上的孝子岭古道。孝子岭古道比较短，全程不足3公里，终点就是茅洋寺。茅洋寺比灵峰寺要小一些，禅寺地处大山山坳间，比较秀气。



【栖霞坑古道】

【方位】：奉化市溪口镇西坑村→东姜村。
【交通】：从南站中巴车站乘中巴车到奉化东站，车费10元，然后步行2公里到南山。
【看点】：栖霞坑是个被大山环抱的村庄，大多是古建筑。
【攻略】：栖霞坑古道走起来很轻松，除了刚开始的一段上坡路，余下的都是下坡路，建议大家走唐田至栖霞坑这个方向。在溪口，其实好玩的地方特别多，除了雪窦山、蒋氏故居等一些知名景点外，各个村落山间地带也能发现许多别致的美景，如果你不想太掏腰包，像走走栖霞坑这样的美丽古道也是出门旅行的不错选择。

【方位】：鄞州区横街镇毛夹畚村→章水镇。
【交通】：从丽园北路乘630公交车到横街，车费2元，然后转613公交车到毛畚村，车费2元，总共4元。
【看点】：你可以徒步经过章水烈士陵园、宝积禅寺、大畚岭、毛畚、翠山禅寺、大雷村，在大雷村口，还可沿盘山公路而下经过溪下水库、庄溪古迹、永福庵，这条古道秋天的银杏很漂亮。
【攻略】：大畚岭古道在鄞州章水镇，走古道前，先去樟村的革命烈士陵园瞻仰下。毛畚村藏匿于四明山中，空气环境好得没话说了。村庄虽然显得略微破旧，却有着乡村特有的韵味。



【大畚岭古道】

【方位】：鄞州区横溪镇周夹畚村→芝山村（大梅山）。
【交通】：(1)从七塔寺乘111公交车到横溪，车费2元；(2)从汽车东站乘629公交车到横溪，车费3元。
【看点】：芝山村所处的大梅山，山深树茂，人烟稀少，保存了山野的原始风貌，是驴友游览的好去处。
【攻略】：宁波十大古道当中，属松石岭古道和亭溪岭古道最具人气，两条古道都在鄞州区周夹畚村。与其余古道相比，松石岭显然热闹了许多，一路上游客众多。古道的上坡路段不是很长，进入竹林差不多都是缓坡了。



【松石岭古道】



【灵岩山古道】

【方位】：位于象山县泗洲头镇境内
【交通】：从象山丹城乘车到泗洲头镇再转车到峙前村
【看点】：这座海拔只有388米的山正是因其灵奇的山峰而声名远播，其主峰如巨鼓，侧峰似驼峰，天地造化，堪称灵异。
【攻略】：这次的灵岩山古道相对于之前走的古道，路程较长，总长10公里左右，体力欠佳者整个游程一天往返估计不够，费用也比走其他古道要多一些，大家可以自行决定是否前往，但对于古道爱好者来说，灵岩山古道还是非常值得一探的。

【方位】：宁海梁皇山
【交通】：从南站中巴车站乘中巴车到宁海客运站，再从宁海客运站到梁皇山。
【看点】：按《徐霞客游记》中所述之行径路线，故名徐霞客古道，路旁多古迹。
【攻略】：古道原为宁海至天台府的要道，始建于唐代，途经宁海西门至黄坛白沙、屿岫岭，至梁皇山，现存古道均为卵石铺面，约有数十公里，保持原始风貌，两侧多名胜古迹，成为人们寻古游览之路线，特别为背包族所喜爱。



【徐霞客古道】

【桃花岭—通天岭古道】



【方位】：镇海九龙湖镇横溪村→慈城金沙村→慈溪掌起镇后茅山
【交通】：从宁波市区火车南站乘965路，或于宁波第三医院坐公交384路直达九龙湖景区，车费2元，再转381路。
【看点】：古道四周茶园满陇，竹海如云，树木茂盛，还有千年古刹洞山寺，香火旺盛。
【攻略】：桃花岭—通天岭古道是原镇海县到慈溪县的茶马古道，桃花岭两边山坡环境幽雅，山中过半为云雾缭绕，珠湿衣襟，一路风光独好。通天岭古道沿山涧小溪而上，自然风光优美，路面多处铺就石板阶梯，陡峻难行。

【方位】：鄞州区龙观乡龙峰村里牌楼→观顶村
【交通】：从宁波市区乘638路公交车到龙观学校下，步行2公里到大松湾古道。
【看点】：该古道与五龙潭风景区相邻，这里树种奇特、品种繁多，而且都是年代久远的古树。
【攻略】：大松湾古道是原龙观乡进四明山的古道，蜿蜒穿行于峡谷之间，也是一条养在深原原汁原味的大峡谷。溪水从深山峡谷奔流直下悬崖，在溪流漩涡中银浪翻滚，自然地流入白龙潭、青龙潭、螺旋瀑等8个大小飞瀑龙潭。山势曲折，潺潺而行，沿途可观翠柏苍松、鸟语花香、群峰峥嵘、幽谷滴翠的自然美景。



【大松湾古道】

爬古道装备大盘点

穿越古道与日常的漫步不同，古道大多是由石板铺成，鞋子的磨损较大，且许多古道上下坡比较多，且较潮湿，因而在爬古道前需要准备好专门的登山装备。那么，具体要准备哪些东西呢？您就跟着小D一起去了解下吧！
雨具：下雨天能挡雨，晴天能遮阳，因此雨具是必备的，较为结实的一次性雨披是非常实用的工具，尤其是对业余驴友来说，可以保护背包、相机等一切不防水的物品。
登山杖：爬古道过程中，有三条腿走路还是比较安全的。虽然古道沿途的青石板路比较多，但是不少泥泞的土路和山崖边的小路，若是没有登山杖，还是比较怕的。
食物：自己带点干粮，主要是可以补充体力

的巧克力、牛肉干、饼干等，如果愿意增加负重，爱带什么就带什么，注意别饿掉就可以，水是一定要带的。
服装：爬山总是要出汗的，如果是二天行程，最好带上换洗衣服，且最好带一件厚外套，因为山里夜晚温度较低，晚上睡都会被冻醒。衣服最好以运动衣为主，鞋子最好是登山鞋，可防滑。

的巧克力、牛肉干、饼干等，如果愿意增加负重，爱带什么就带什么，注意别饿掉就可以，水是一定要带的。
服装：爬山总是要出汗的，如果是二天行程，最好带上换洗衣服，且最好带一件厚外套，因为山里夜晚温度较低，晚上睡都会被冻醒。衣服最好以运动衣为主，鞋子最好是登山鞋，可防滑。