

这片山水 用脚丈量刚刚好

在房山 你不用花太大力气 就可以找到一处静谧的风景
在房山 无论你追求怎样的爬山强度 都有可选择的路线



游
之
趣

久居房山的人，很难不爱上爬山。
房山不大，拒马河、大石河回旋曲折，永定河、小清河穿境而过。上方山、百花山坐落城中。足不出城，山水常伴身边，看得人忍不住抬脚前行。

房山的春夏秋冬皆是国画一般的美景。春看杨柳青青，莺飞草长，小麦拔节，桃花杏花娇艳盛放。夏探油菜花纵情怒放，青山脚下缕缕花香，百般红紫斗芳菲。秋赏向日葵与菊花在舞蹈中展现着身姿，红彤彤的柿子得倩影画出最靓丽的一道风景。冬寻有着厚重历史底蕴的人文民俗，体验美食文化。

无论你追求怎样的强度的爬山，想达到户外运动的那一重境界，都能在房山实现。

房山风韵的万千侧影，怎能让人驻足观望！收拾好行囊，让我们一起去爬山，体验房山的“森林浴”！

要爬山到房山





南有苏杭 北有上方——上方山

上方山国家森林公园位于北京市房山区韩村河镇，距市区 58 公里，是全国二十家重点示范国家森林公园之一、国家 3A 级景区。历代名人、文人墨客咏诗作画、修庙建亭，形成了桥、亭、庙、阁、洞、石、峰及林为一体的宗教风景胜地，历史上就有“南有苏杭，北有上方”之美誉。著名景观有：以云水洞为代表的九大洞穴、以兜率寺为代表的 72 座寺庙、以摘星坨为代表的 12 座山峰，还有华北地区少见的原始次生林和几十株古树名木。

登山推荐

推荐线路 全程（东门→西门）

登山时间 3.5 小时

沿途景观：沿途经过云梯、华严洞、兜率寺，可观看槐树王、松树王、银杏王和柏树王等四大树王，再经过天坑、骆驼峰、摘星岩到云水洞，走石阶下山到西门

旅游提示

乘车路线 天桥（或六里桥）乘 835 路韩村河线（或 830 路房山线、917 路张坊线）至良乡西门（或房山东大桥）换乘房 15 路可到

自驾路线 G4 京港澳高速琉璃河出口出一琉璃河—韩村河—上方山；或 G4 京港澳高速阎村出口出一京周路—周口店路口左转—五侯路口右转—上方山

京都第一奇山——圣莲山

圣莲山风景度假区位于北京市房山区史家营乡，距市区 86 公里，原名“圣米石塘”，是早时“京畿八景”之一。圣莲山海拔 930 米，山上有始建于民国 13 年的道教名观蟠桃宫，有建于大明永乐年间的佛教名寺胜泉寺，还有民国时期曹锟、吴佩孚、杨小楼等在此修建的别墅群，是一处集人文景观与自然景观于一体的旅游观光胜地，为国家 4A 级景区。

登山推荐

推荐线路 景区路 3.5 公里处→山顶北庙

登山时间 40 分钟

沿途景观 沿途经过鹞子翻身处、药王店，在凉亭休息时可欣赏群山之美景，最后到达山顶北庙

旅游提示

乘车路线 天桥（或六里桥）乘 917 路张坊线（或 830 路房山线）至房山换乘房 21 路可到

自驾路线 G4 京港澳高速大件路出口出一大件路—河北镇方向—坨里—东庄子—108 国道复线—贾峪口—圣莲山



仙山神韵 上帝花园——百花山



百花山风景区位于北京市房山区史家营乡莲花庵，距市区 89 公里。辖区总面积 819 公顷，海拔 1991 米，山岭呈北东向延伸，南接白草畔，东北连老龙窝，为太行山北端小五台山的支脉，具有花、路、云、光、寺五大景观。因其自然景观绚丽多彩，生态资源丰富，空气清新，气候宜人，自古就是旅游观光、避暑度假的胜地，被当代学者誉为“京郊生态名山、人类绿色家园”，是国家 3A 级景区。

登山推荐

推荐线路 景区路二公里处→杜鹃山最高点

登山时间 1 小时

沿途景观 杜鹃山是景区第一个景点，沿途可观赏百花山全貌。

旅游提示

乘车路线 天桥（或六里桥）乘 917 路张坊线（或 830 路房山线）至房山换乘房 21 路莲花庵下车可到

自驾路线 G4 京港澳高速大件路出口出—大件路—河北镇方向—坨里—东庄子—108 国道复线—贾峪口—百花山

清凉世界 天然氧吧——白草畔



白草畔自然风景区位于北京市房山区霞云岭乡，距市区 111 公里，海拔 2 161 米，是北京西南第一高峰，也是北京地区能乘车直达山顶的旅游景点。白草畔林木覆盖率 82%，有北京地区面积最大、平均海拔最高的亚高山草甸，拥有丰富的奇花异草，是国家 3A 级景区。

登山推荐

推荐线路 景区路 14 公里处→五指峰

登山时间 1 小时

沿途景观 沿途经过药王庙，在此可观赏金蛙思归、灵光山小草甸、丁香清泉、五指峰。

旅游提示

乘车路线 天桥（或六里桥）乘 917 路张坊线（或 830 路房山线）至房山换乘房 20 路四马台北站下车可到

自驾路线 G4 京港澳高速大件路出口出—大件路—河北镇方向—坨里—东庄子—108 国道复线—霞云岭—白草畔

险梯叠瀑 檀林氧吧——东湖港



东湖港位于北京市房山区十渡风景区内，距市区 101 公里，有铁索桥、檀林峡谷、三叠瀑布、华北第一梯、回音壁、鸳鸯潭诸多特色景观，还有竹筏划艇、嬉水摸鱼、沙滩浴场、篝火晚会等丰富的娱乐项目，同时可提供山野风味、农家饭菜、山庄客房等餐饮住宿服务，是集旅游观光、休闲度假为一体的自然景点。

登山推荐

推荐线路 景区山门→回音壁瀑布

登山时间 40 分钟

沿途景观 沿途景观有夫妻峰、元阳峰、寿龟戏水、踏石泉、珍珠瀑、卧驼岭、东湖巨佛等。

旅游提示

乘车路线 天桥（或六里桥）乘 917 路东湖港线可到

自驾路线 G4 京港澳高速琉璃河出口出—琉璃河—韩村河—云居寺路—十渡—十大路—东湖港

山石奇异 瀑布飞鸣 ——孤山寨



孤山寨位于北京市房山区十渡风景区内，距市区 86 公里，是十渡最著名的一条大峡谷，深约 10 公里。孤山寨峡谷蜿蜒，最窄处仅为 5 米，山石奇异，瀑布飞鸣，以野、奇、幽、奥著称，其中千古河床、小孤山、一线天、石中石为孤山寨四大奇观。漫游孤山寨，可以尽赏“风于林中动，虫在石间鸣，山出叠翠色，甘泉润琴声”。

登山推荐

推荐线路 九龙抱石→山寨瀑布群

登山时间 40 分钟

沿途景观 此条线路以瀑布为依托，峡谷蜿蜒，九曲十八弯，山石奇异，瀑布飞鸣，以“野、奇、幽、奥”而著称。

旅游提示

乘车路线 天桥（或六里桥）乘 917 路十渡线可到

自驾路线 G4 京港澳高速琉璃河出口出—琉璃河—韩村河—云居寺路—十渡