

最美草原风 最High那达慕

8月1日河南县那达慕盛会 就等您到草原来



最High那达慕·等您来开幕

“那达慕”是蒙古语“娱乐”或“游戏”的意思，也是蒙古族最重要的节日。每年8月是河南县最美的季节，也是河南县“那达慕”举办的时节。在这里，您可以看到蓝蓝的天上白云飘，白云下面马儿跑；您可以感受到浓郁的蒙古族风情，男女老少穿着节日的盛装，云集在碧绿丰美的河南草原上，欢庆一年一度他们最盛大的节日。他们或参加比赛，或专程赶来参观娱乐。平日宁静的草原上一下子变成欢笑的海洋，襟飘带舞，人流涌动，牛羊欢叫，牧马嘶鸣。

2023年8月1日，黄南藏族自治州成立

70周年系列活动之河南蒙古族自治县第24届那达慕盛会——天堂河曲“天骄杯”传统耐力赛马大会暨“最美草原”文化旅游艺术节开幕，将上演最令人期待的蒙古族“男儿三艺”（赛马、搏克、射箭），我们等您来开幕！

最High那达慕·邀您看角逐

赛马场内，万马奔腾风生尘，嘶风嘶蹄更轻。追云逐日的骏马，英姿飒爽的骑手，奋蹄飞驰而过，引得万众欢呼。在这片壮美的草原上，您将一睹马背民族最令人神往的魅力和风采！

在草坪上，搏克手们身着“卓德格”，脚穿

您知道“亚洲一流 青海最美”的草原吗？

您感受过独具魅力的河南蒙旗“那达慕”吗？

您听说过万马奔腾长鬃飞扬的河曲赛马吗？

这个夏天，您一定要来一次河南草原！

在被联合国教科文组织誉为“四大无公害超净区之一”的青藏高原东南隅，九曲黄河第一湾的怀抱中，有一颗美丽迷人的明珠——河南蒙古族自治县。它古有“香汤沐浴地”之美誉，今有“亚洲一流 青海最美”草原之美称，全域932万亩草原自2007年以来连续16年通过有机再认证。

这个夏天，您一定要来一次河南草原！

夏天的河南草原，天高云风轻，草绿牛

羊肥，是一年中最美的季节。黄南藏族自治州成立70周年系列庆祝活动之河南蒙古族自治县第24届那达慕盛会——天堂河曲“天骄杯”传统耐力赛马大会暨“最美草原”文化旅游艺术节8月1日—5日在河南县举办，我们欢迎八方来客，我们在最美草原不见不散！

这个夏天，您一定要来一次河南草原！

河南草原平均海拔3600米，这里有雄伟壮阔的黄河大峡谷，静谧优雅的洮河源，神秘幽深的仙女洞，巍峨圣洁的吉岗山……这里是“绿水青山就是金山银山”实践创新基地、国家生态文明建设示范县，全国村庄清洁行动先进县，也是国家农业科技园区，被列为首批创建国家农业现代化示范区。

最High那达慕·请您饱口福

最High那达慕，除了“有您好看”“让您好听”，自然还要“给您好吃”！在这里，您可以体验直径达4米的“河南蒙旗第一锅”，让您一次尝个够！您可以品尝到全域有机的草原上经过有机认证的雪多牦牛肉和苏呼欧拉羊肉，那就是传说中河南草原上奔跑的“草原鲍鱼”！您可以来一个牦水牛排、开锅羊肉等尽享“河南十味”，我们邀您共品共赏共鉴“源味河南县，牛羊天下鲜”！灯火阑珊时，您还可以打卡“河南夜时光”，体验独具高原特色的蒙古包夜市，体验河南蒙旗最纯净的人间烟火！

(本版图片均由河南县委宣传部提供)

第24届那达慕盛会等您来

最High那达慕→看开幕式

【开幕仪式】

时间：2023年8月1日8时—11时

地点：腾格里赛马场

内容：含15个方块队入场仪式和极具民族特色的文艺演出。

最High那达慕→看赛事



【传统赛事】

1.耐力赛马

时间：2023年8月1日—5日

地点：腾格里赛马场

看点：参赛马匹共630匹。含2000米、3000米速度赛马和5000米、6000米、10000米耐力赛马。

2.蒙古包搭建比赛

时间：2023年8月1日

地点：腾格里赛马场

看点：参赛人员共6组，每组5人。在规定时间内，按一定顺序完成传统蒙古包的搭建。

3.挤牛奶技能比赛

时间：2023年8月1日

地点：腾格里赛马场

内容：参赛人员共100名。在规定时间内挤出尽可能多的牛奶，牛奶称重量最多的为胜。

4.搏克比赛

时间：2023年8月2日、4日

地点：腾格里赛马场

内容：参赛人员共40名，通过循环赛和交叉赛摔跤竞赛，角逐冠军。

5.举沙袋比赛

时间：2023年8月3日

地点：腾格里赛马场

内容：参赛人员共40名。包含男子260斤、280斤、300斤重举重，女子220斤、240斤、260斤重举重。

6.拔河比赛

时间：2023年8月3日

地点：腾格里赛马场

内容：共计12个参赛队，每队10人。通过抽签的方式，两两进行淘汰赛。

7.射箭比赛

时间：2023年8月3日

地点：射箭馆

内容：个人参赛项目，比赛采用民间传统特色的三角靶，参赛队员以抽签方式分组进行循环赛。

8.抛尕比赛

时间：2023年8月4日

地点：腾格里赛马场

内容：参赛人员共计36名。男女分组进行比赛，以抽签方式排序，比赛采用淘汰赛制，使用统一抛具，以抛中区域数量决定胜负。

9.押加比赛(拉卧牛)

时间：2023年8月5日

地点：腾格里赛马场

内容：参赛人员共计12名。淘汰赛和循环赛相结合，第一轮淘汰三名运动员，第二轮为循环赛最终确定前六名。

10.优良畜种评比

时间：2023年7月30日

地点：荷日恒村合作社养殖场

内容：含欧拉羊个体评比(种公羊、母羊<6牙以上>和周岁种公羊<2牙>)三个组进行评比)、河曲马个体评比、雪多牦牛个体评比、欧拉羊群体评比、雪多牦牛群体评比。

11.民歌弹唱比赛

时间：2023年7月25日—27日、8月2日

地点：成吉思汗文化广场(预赛)腾格里赛马场(决赛)

内容：参赛人员共计36名。包含民歌和弹唱两个部分。

最High那达慕→看文体活动

【文体系列活动】

1.越野机车巡游活动

“苏呼拉木”，展开激烈角逐。他们静如钟，动如风，争斗相扑，盘旋相持，尽显智慧和力量，尽显坚韧和勇敢！

射箭馆内，神箭手们凝神静气，弯弓搭箭。忽闻风声起，陡然长箭飞，穿过长空，划破日月，朝着百米外的靶尖飞驰而去，臂力、眼力、定力在那一刻完美融合！

等等，您以为只有这些？不！还有您不曾见过的蒙古包搭建比赛、百人同时挤百头黑牦牛奶比赛；还有传说中的河曲马、雪多牦牛、苏呼欧拉羊选美大赛；还有您闻所未闻的抛尕比赛、押加比赛；还有一系列丰富多彩的文体比赛，书画摄影、民歌弹唱、举沙袋、拔河、藏棋、足球、篮球、乒乓球、台球……



时间：2023年6月26日—28日

地点：县内各景区景点

内容：活动中共有来自陕西、甘肃、青海等地的30辆机车、百余人参与。通过机车巡游的形式，串联景区景点，展示河南自然风光与旅游精品线路品牌影响力，优化旅游发展环境，促进旅游消费。

2.“蒙旗第一锅”美食体验

时间：2023年7月25日—8月5日

地点：文化园区

内容：以“蒙旗第一锅”烹制的地方特色美食，推广美食。

3.专场晚会(肃北艺术团)

时间：2023年8月1日20时

地点：腾格里赛马场

内容：肃北乌兰牧骑艺术团专场演出。

4.专场晚会(阿拉善盟右旗)

时间：2023年8月2日20时

地点：腾格里赛马场

内容：阿拉善盟右旗乌兰牧骑艺术团专场演出。

5.民歌弹唱专场演出

时间：2023年8月3日20时

地点：腾格里赛马场

内容：河南县民间艺术家、非遗传承人、民歌和弹唱爱好者的民歌、弹唱表演。

6.书画摄影展

时间：2023年8月1日—5日

地点：博物馆五楼展厅

内容：以河南县人文风景为题材，面向黄南州各行政机关、企事业单位职工和全州书画、摄影爱好者征集作品，最终评选产生30幅作品参展。

7.体育赛事系列活动

(1)藏棋比赛

时间：2023年8月5日

地点：文化园区

内容：参赛人员共计21人。通过随机抽签，两两对决，一局定胜负，淘汰赛的胜者进入决赛，决赛阶段采用循环计分赛制。

(2)篮球比赛

时间：2023年8月6日—10日

地点：群众体育馆

内容：分男子组和女子组，河南县内各系统各单位、各乡镇机关、县国企直属单位、篮球协会组团参赛。

(3)足球比赛

时间：2023年8月6日—10日

地点：民族体育场

内容：分男子、女子组比赛，河南县内群众和工作人员。

(4)乒乓球比赛

时间：2023年8月16日—20日

地点：乒乓球协会(办公地)

内容：比赛实行淘汰赛，3盘2胜制，抽签分组。采用中国乒协编译的最新国际乒联《乒乓球竞赛规则》并执行。

(5)台球比赛

时间：2023年8月26日—30日

地点：金杆乔氏台球俱乐部

内容：所有参赛选手随机抽签，2人一组进行对决，一局定胜负，淘汰赛的胜者进入决赛。决赛阶段采用循环计分赛制，每场一局定胜负。

最High那达慕→看颁奖典礼

【闭幕式】

时间：2023年8月5日下午

地点：腾格里赛马场

内容：传统赛事颁奖典礼、闭幕式。

