2026.05.30 星期六 编辑:范盛杰 美编:方林敏

应急出口

W4馆室内休息区

应急出口

观众入口

散场出口 仅在演出结束后开启

9号门

观众出口

你想嗨出怎样的现场

皆是热爱 解锁双舞台音乐自由

2026长沙草莓音乐节音乐节,从下午一点半到晚上九点半,两天共有23组音乐人登台开唱。需要注意的是,每日现场有两个舞台——草莓舞台和麻辣王子·爱舞台。

如果你打算抢前排,首先需要确认,你喜欢的音乐人在哪个舞台。根据演出安排,5月30日将在草莓舞台登台的音乐人为性格缺失、椿、声音碎片、梅卡德尔、痛仰、万能青年旅店;5月31日是橘子海OrangeOcean、后海大鲨鱼、夏日入侵企画、徐佳莹、龚琳娜、陈绮贞。在麻辣王子·爱舞台,5月30日登台的音乐人为Matt吕彦良、阿肆、DOUDOU、五条人、二手玫瑰;5月31日为简单对话、Gigi炎明熹、Chace、AGA江海迦、周柏豪、颜人中。到音乐节现场后,记得第一件事就是确认两个舞台的位置!

2026长沙草莓音乐节演出均为站席观演,不设座位。每天的演出都会持续整整八小时,对体力来说是个考验。要想补充体力,这里有"好好吃饭莓"就餐区。炸鸡、麻辣拌、汉堡、烧烤、冰淇淋、卤味……太多美食让你享受,来音乐节蹦了一天胖三斤也不是不可能!

需要注意的是,长沙气象台预计,5月30日至31日,长沙晴转多云,最高温均突破30摄氏度,需要做好防晒准备。如果出现身体不适的症状,草莓舞台的左右两边都有医疗点。记住它们的位置,有备无患。

如有物品丢失,可以选择报警或求助志愿者。志愿者服务点在W4馆医疗点附近,报警点在麻辣王子·爱舞台的正对面。不过,希望你用不到这些。

来麻辣王子展位还能开走一辆车?

今年,草莓音乐节现场还藏着惊喜等你解锁。

麻辣王子在音乐节现场搭了一个"巨型刺激版游乐园",一边看爱舞台,一边玩刺激挑战。玩刺激挑战集齐4枚印章的朋友,可抽取最终大奖。奖品有什么?一辆车,5200元旅游基金,2g黄金金钞,一年辣条自由,音乐节门票报销。只要参加,最低能获得20元解暑基金外加1包麻辣王子,数量有限,先到先得。

除了闯关拿奖品,麻辣王子还给大家准备了夏日专属周边,戒指、扇子、草莓娃娃通通安排上。麻辣惊喜福利直接拉满!ps:周边数量有限,先到先得哦!

莓好健康集市

在草莓音乐节边蹦迪边养生!
省卫健委潇湘晨报晨视频联合打造"莓好健康集市"

当灵动的鼓点敲醒初夏的热情,除了带来万众期待的音乐盛宴,还有一份特别惊喜等待着到场的乐迷们——"莓好健康集市"空降现场,在音乐中带来一场全方位的健康疗愈。

5月30日-31日草莓音乐节现场,湖南省卫生健康委联合潇湘晨报晨视频,在长沙国际会展中心南广场中心展位,打破传统音乐节单一逛玩模式,带来"莓好健康集市",将专业健康服务与音乐狂欢深度融合,为乐迷打造兼具体验性与实用性的现场健康疗愈空间。

随着当代年轻人生活节奏加快,久坐办公、长期熬夜、情绪焦虑带来的健康困扰逐渐成为年轻群体的普遍痛点。而传统健康科普与医疗服务往往存在场景单一、形式受限等问题,湖南省卫生健康委携手潇湘晨报晨视频进行的这场跨界创新,正是瞄准了音乐节这一年轻人高度聚集的文化场景,旨在打破传统健康科普与服务的场景限制,贴合当代年轻人的生活节奏与健康需求,让健康服务走出医院、融入音乐节的休闲娱乐中。

不同于传统健康活动的形式,"莓好健康集市"以"健康体验+疗愈"为核心,将专业的医疗服务转化为轻松有趣的互动体验,让乐迷在音乐间隙就能完成身心放松。现场设置五大主题展区,覆盖养生、护眼、心理、亲子、科普多个维度。来自湖南省疾控中心、湖南中医药大学第一附属医院、湖南省第二人民医院、湖南省儿童医院、爱尔眼科的权威专家团队现场坐镇,为不同年龄段的乐迷提供针对性的健康指导与服务。

草莓音乐节是年轻人的精神乌托邦,而"莓好健康集市"就是这个乌托邦里的疗愈港湾。现场重构了年轻人的养生场景,在这里,养生可以是蹦迪累了去做个肩颈理疗,也可以是情绪低落时和咨询师聊聊天,还能是带着孩子在游戏中学习急救知识。这种"边玩边养生"的模式,既贴合了年轻人追求轻松、自由的生活态度,也让健康理念以更接地气的方式深入人心。

这个初夏,长沙草莓音乐节不仅有热血的舞台、动人的歌声,还有贴心的健康守护。5月30日-31日,长沙国际会展中心南广场中心15号展位,"莓好健康集市"静待每一位乐迷的到来。

潇湘晨报·晨视频
记者 陈樱芷 通讯员 黄璨

麻辣王子

草莓护照

这是一本具有全年通用效力的旅行证件,是能够纪念每次草莓现场的官方纪念手册。每一枚印章都是你探索现场的证明。当签注页逐渐填满,你拥有的是一份完全由自己足迹谱写的音乐年鉴。音乐节为长沙独家设计了一套主题印章,将On Holiday的假日松弛感,与长沙的"火辣"与"韵味"完美融合。草莓护照可以在官方周边售卖点、好好吃饭莓集市点直接购买。

假日互动站

PART 1 草莓拼豆工坊

草莓音乐节×小红书手工薯 联合发起特别活动——"用拼豆打开音乐世界"同步开启线上和线下双重玩法!

PART 2 无料交换区

带上你准备的小礼物:手作贴纸、卡片、钥匙扣、拼豆、手链、玩偶,或者一张写着祝福的卡片、一次音乐节的纪念……把你的心意放上桌面,再从别人的分享里挑走一份惊喜。也许是一枚徽章,也许是一张画着乐队的贴纸,也许是一段陌生人留下的小小祝福。这里有交换、偶遇和一点点小确幸。

参与规则:1.本区域为免费交换空间,不涉及任何买卖行为;2.每次请交换一份物品,避免一次性拿取过多;3.请将无料整齐摆放在指定区域;4.请勿长时间占用桌面或设置个人摊位;5.不可放置:食品、液体、广告宣传物及违规内容;6.请尊重他人的创作与心意,让每一份小礼物,都找到它的新主人。

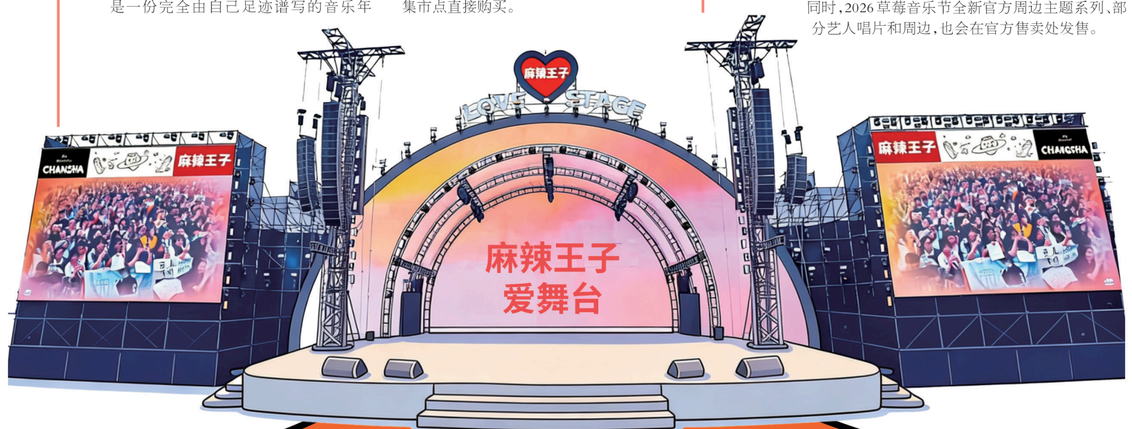
PART 3 HOLIDAY HUB 悄悄话

每位乐迷可领取一张空白明信片,写出此刻想留言的一句话,完成卡片留言并投递后,再从信箱二随机抽取一张,来自宇宙安排给你的草莓居民祝福卡片。

限量奖品:演出当日16:30,前2位参与完成悄悄话互动的乐迷,即可获得免费升级当日演出PRO票(不含礼包和饮品,每日2个幸运名额,赠完即止)。

官方周边&唱片售卖

限量阵容T恤除了线上预售,现场也可购买。同时,2026草莓音乐节全新官方周边主题系列、部分艺人唱片和周边,也会在官方售卖处发售。



好好吃饭莓

我想吃肉!

斯哈斯哈 超级麻辣拌,红油一拌巴适得板;糖醋麻辣锅巴土豆,外酥里糯,酸甜麻辣整得明明白白;椒麻小酥肉,花椒麻得恰到好处,越嚼越香。

泰椒王炸鸡 泰椒味麻辣炸鸡外酥里嫩、麻辣劲足,新奥尔良烤鸡腿蜜汁微甜、肉嫩多汁。

麻栗坡非遗小肉串 云南省唯一入选非遗的肉串。凭借着高原土黑猪,只取用猪的梅花肉,肥瘦相间,肉质鲜嫩多汁美味可口。

三只牛研究所、经典避风塘炸虾、Spicy Burger

我想降温!

波比冰淇淋 当第六届波比冰淇淋节碰上2026长沙草莓音乐节,波比直接将冰淇淋车开进了音乐节live现场,多款美味冰淇淋随心挑选,特色波比冠军杯更是口感层次丰富。舞台气氛火热之时,来一口奶香浓郁的牛乳冰淇淋,让冰爽滋味轻松驱散周身燥热。波比还为大家准备了"波比奖励挑战"趣味环节,神秘NPC现场互动,伴着"奖励自己,就吃波比!"等专属口号,大胆夸赞自己,就有机会获得心仪周边、冰淇淋免单券等等。乐迷们快来打卡吧,让这份冰爽与惊喜,陪伴你度过完整的音乐节之旅。

Better Way Gelato 意式手工冰淇淋,选用当季新鲜水果、食材,主打创意复合型口味。

糯香柠檬茶 手打柠檬茶清爽一夏,大口糯香柠檬茶多了一份米香温柔,越喝越上头。

酸野果果 酸野果果把酸嘢带到草莓现场,青芒果、菠萝、番石榴撒上辣椒盐,酸辣脆爽一口爆汁。

傣味春春春、椰青美式、FOCA咖啡

我想边蹦边啃!

土番了·现拌美味 源于20年+湖南本土食品企业——向东食品旗下,湖南平江&浏阳自有2000㎡食品工厂。这波带着香酥小鱼仔、豆干、豆皮、豆筋、脆萝卜等等湖南80、90后记忆中的美味零嘴来到2026长沙草莓音乐节啦!现拌现做越嚼越上头,乐迷嗨吃两天天天不重样~地道湘式拌料现拌现做,鲜香红油裹满食材,麻辣鲜香层层递进。小鱼仔酥香入骨、越嚼越鲜;豆制品筋道入味、满口醇香;脆萝卜清爽解腻、酸辣开胃。每一口都是80、90后湖南人的童年味道!

长沙世景皇冠假日酒店 把酒店同款的脆皮烧鸡、广式烤鸭、虎皮鸡爪、香卤牛肉等美食都带来了。

我想吃碳水!

见荨汉堡 谷物堡胚扎实扛饿,培根焦香入味,一口下去超满足,蹦累吃完,满血复活!

Pretty!爆夯卷卷薯 高温现炸色泽金黄,外皮酥脆爽口,内里软糯绵密,薯香浓郁十足。

果木烟熏培根披萨、越南法棍、悦好关东煮

5号门

观众出口

应急出口 应急出口 应急出口 应急出口