

15万级中型SUV，全家一起评车，带全家体验捷途山海L7 PLUS

来源：叶得梅 发布时间：2025-11-18 21:12:42

上个月我带着爸妈、媳妇和三岁的孩子去城郊露营，出发前我妈还在嘀咕，不知道坐新车会不会挤。以前选车没经验，总以为七座车能坐得下就是好车，结果每次一家人出门，不是后排挤得膝盖顶着前排，就是后备箱根本放不下婴儿车和露营装备。但这次开着刚买三个月的捷途山海L7 PLUS(图片|配置|询价)，情况完全不一样，我爸坐第三排一路都没喊累，后备箱装了帐篷、烧烤架、孩子的玩具箱，还有两箱矿泉水，最后还有个角落没用上，空间真的很宽敞。

捷途山海L7最低售价：10.98万起最高降价：2.00万图片参数配置询底价懂车分3.86懂车实测暂无车友圈7378车友热议二手车8.58万起 | 20辆

说实话，那会儿我在15万级的中型SUV里挑了快一个月，各种车看下来，要么空间大得吓人，实际坐着特别挤，要么续航说得天花乱坠，实际远远达不到那个水平。直到去试驾捷途山海L7 PLUS(看资讯)，媳妇调座椅的时候说这椅子能躺得很平，我爸试了第三排，说腿还能伸直，现场就有了买的想法。开了这几个月下来，感觉这车确实挺适合我们这种家庭用车的需求，下面我就结合自己日常用车的体验，好好聊聊。



我这人算是奶爸，每天上下班通勤来回都得跑50公里，驾驶位的舒适度太关键了。以前开的车座椅偏硬，开个半小时腰都像压了块木板，换了山海L7 PLUS后，座椅触感软软的，

跟家里那个麂皮沙发差不多，坐进去能明显感觉腰和后背都有很合适的支撑，不是硬邦邦顶着的那种，是刚刚好贴合人体曲线的。上周我开了三小时高速，下来居然一点腰疼都没有。座椅调节特别贴心，坐垫还能往前拉伸一段，我身高1米8，之前坐垫短，膝盖下面空着，腿经常会麻，现在把坐垫拉满了，大腿能得到完全支撑，下班回家腿也不酸了。

这座椅还有加热和通风功能，上周早晨温度降了，开车按一下加热，没多久屁股就暖洋洋的，不用再冻得发麻了；夏天开空调时打开通风，后背和屁股上的汗能及时带走，不会像以前那样开一个小时下来一大片湿漉漉的。中控扶手箱还能前后滑动，我开车时胳膊正好搭上，右手调空调、换歌都方便得很。扶手箱里能放保温杯、墨镜，还有孩子的湿巾，伸手就能拿到，再也不用像以前那样在副驾驶储物格里翻半天，省心不少。让我满意的是座椅记忆功能，我和媳妇轮流开车，以前换驾驶员得调五分钟座椅，现在她一上车按一下键，座椅就自动调整到她习惯的位置，送孩子上学的时候节省不少时间。

起亚EV5最低售价：14.28万起最高降价：0.70万图片参数配置询底价懂车分3.85懂车实测暂无车友圈7490车友热议二手车8.80万起 | 8辆

第二排座椅是我们家出行的“主阵地”，我妈带孩子坐中间位置，我爸一般坐左边，有时候我弟也会搭车。以前的车坐三个人后排简直挤得慌，我妈总说腿顶着前排座椅没法伸展。换了猛海L7 PLUS后，第二排腿部空间足足有两拳多，我爸腿伸直也不会碰到前排座椅，他说这后排比我以前开的车前排都宽敞。让妈妈满意的是第二排座椅靠背能调到131度，上个月带妈去医院复查，200公里的路途她靠着座椅一路打盹，醒来时说腰没那么僵了，比坐出租舒服多了。而且第二排座椅软软的，坐垫就像家里的沙发，坐久了也不会硌屁股。二排还配备了按摩功能，力度虽不大，但刚好能缓解久坐的疲劳。我爸上次坐长途路程，开着按摩功能最后居然睡着了。其次，后排中间地板几乎是平的，我妈带着孩子坐中间，脚能随意放，不用像以前那样劈腿坐。二排还有独立空调，我爸怕热开24度，我妈怕冷开26度，完全不用互相迁就。空调下还有两个USB接口，媳妇给孩子的平板充电，我妈给手机充电，后排的接口再也不用抢了。



起亚EV5最低售价：14.28万起最高降价：0.70万图片参数配置询底价懂车分3.85懂车实测暂无车友圈7490车友热议二手车8.80万起 | 8辆

之前听过不少人说七座车第三排就是摆设，但用过捷途山海L7 PLUS(用车口碑)才知道，选对车第三排短途乘坐体验真的不错。首先是进出特别方便，只要拉一下第二排座椅旁边的把手，二排椅子会往前移，翻折出宽敞通道，腿脚不好的我爸都不用弯腰挤就能轻松进第三排。我弟每次坐后面，也不用爬上爬下，轻松钻进去。我身高1米78，坐第三排时膝盖前还有一拳多距离，头顶也不会顶车顶，短途乘坐完全没问题。上次全家去附近玩，我弟坐第三排，一路上还能低头玩手机，不用像以前蜷缩成一团腰腿都不舒服。第三排座椅软硬适中，不像塑料椅那样硬邦邦，我侄子坐后排玩玩具，偶尔靠椅背也不硌。第三排不用时还能放平，后备箱空间瞬间大了不少。上周帮邻居搬跑步机，放倒第三排后，跑步机塞进去还能再放两个大纸箱，再也不用拆零件了。平时带娃出门，第三排变成孩子玩具箱、尿不湿包的好地方，拿取方便，也不用在后备箱里东翻西找。

让我觉得贴心的，是它号称的“32变电动七座”设计，听起来挺复杂，但实际用起来很顺手。四种一键座椅模式，基本满足了我们家所有场景需求。上次跟朋友去露营，没订到民宿，就用居家大床模式，把七座全部放平，变成一个3米长的平整床铺，两个人躺里面还能翻身，盖着小被子，跟在家睡觉一个样，完全没有那种车里蜷缩的憋屈感。早上自然醒来，拉开窗帘阳光洒进来，比住民宿还舒服。旅行小床模式也经常用，放平二、三排变成2米长双人床，自驾游累了就能躺着歇歇，不用特意找旅馆。座椅放平后特别平整，躺着不硌腰，休息半小时精神立马回来了。我开长途时用驾享大床模式，把副驾驶放平，再放倒二、三排，加个小床垫，累了躺下小憩，感觉身体恢复得快得多。之前开别的车，累了只能在驾驶座上侧歪着睡，十分钟下来更累，现在躺20分钟，下午开车精神多了。驻车沙发模式是我爸妈的喜爱，前排往后翻折，二排靠背调到131度，两个人坐里面晒太阳聊天非常惬意。上次带他们去湖边玩，停车后调成这个模式，他们坐二排晒太阳聊家常，我用外放电功能烧茶，一家

人慢悠悠的，氛围好得很。

我选混动车型主要图省心，既不用像纯电车天天担心充电，也不用像燃油车那么心疼油钱。开了三个月下来，续航让我挺安心，日常通勤和长途都没出过么蛾子。我每天通勤50公里，早上送孩子早教，晚上接回家，偶尔还绕路买菜。以前开燃油车，一周加一次油，三百多块钱要花不少，现在换这车，纯电续航率220公里，周一早晨充满电，周五晚上还有40多公里电，不用中途充电。有次周一忘记充电，周四晚上剩30多公里，我妈说要不再去充一回，结果周五开一整天，下班回家还有10公里电，刚好够用到周末。小区充电桩电费0.56元/度，充满电12块钱不到，平均一公里才5分钱，一个月电费基本50块钱，油费直接省了一半多，这钱够给孩子买两罐奶粉了。



国庆节带全家去外婆家，800公里全程，出门时满油满电，高速上用混动模式，到家油还剩两格，电还有30%，一路没停过加油加电。我爸之前担心跑长途混动车动力不够，这次回来后他都说以后出门不用再查加油站了。回程走国道，全程纯电跑了180公里还剩20公里电，然后切成混动模式，回家时油耗不高。算下来满油满电能跑1700公里，从家到外婆家一个来回都能轻松跑完，还能剩下不少，特别省心。

充电速度也挺快，从30%充到80%只要20分钟。有次周末带家人露营，路上电只剩20%，进服务区充了20分钟，电量就回到85%，顺便喝杯咖啡，完全不耽误行程。晚上用家用充电桩慢充，睡觉前插上电，第二天早晨起来就是满满电。它的外放电功能很实用，上次带全家去郊外，接了电烤炉烤串，还用咖啡机煮咖啡，晚上帐篷里用了小台灯，孩子旁边玩玩具，我们聊聊天，跟在家一样舒适。以前带煤气罐露营又重又不安全，发电机噪音大还得加油，现在有了这个功能，爸妈都说方便多了，还能随时喝热汤，体验提升很大。

作为家用车，我开车要求不高，只要过减速带不颠，跑高速不飘，转弯不晃，这车都符合。之前的车悬架偏硬，过减速带孩子总喊屁股疼，我妈也会说腰疼。换了山海L7 PLUS后，

过小区门口的减速带就感觉底盘把颠簸过滤得很细腻，不会撞击感那么明显。上次带孩子走没修好的土路，路面坑坑洼洼，孩子居然在安全座椅上睡着了，我妈坐后排还说这路换成以前的车肯定颠得头疼。

很多人担心混动车动力不够用，开几次就知分晓。市区起步特别轻快，绿灯亮了轻踩油门就走，不用担心被后车催扯。高速超车过程顺滑，从80提到120没顿挫，迅速超过前车。前两天高速上遇挡道大货车，我踩油门车很快超了过去，不用等半天动力才到位。虽没严格测加速，不过开起来推背感明显，比我之前那台燃油车轻快得多。高速120迈开车非常稳，没以前风大飘荡的感觉，方向盘没有虚位，稍微调整就能保持车道。爸妈坐副驾和后排，都觉得车跑高速稳多了，遇侧风车身也没乱晃，后排妈妈也不用紧抓扶手。上次连续开四小时长途，到家腿不酸腰不疼，还能帮媳妇抱孩子，这状态以前没体验过。

这些年开车发现好车多体现在看不见的细节上，比如内饰用料、车身安全和储物设计。捷途山海L7 PLUS车内能摸到的地方，大部分都是软质材料，摸起来就像家里的沙发，孩子伸手摸车门也不怕磕着手。以前的车车门是硬塑料，孩子不小心碰了就哭，现在这些顾虑没了。内饰用的是深棕色搭配，耐脏又温馨，孩子不小心把果汁洒了，用湿巾一擦就干净，没像以前那样擦半天还有难闻印迹。妈说这种颜色挺耐看，既不显脏，也不像纯黑色那样压抑。

带娃的家庭东西多得慌，尿不湿、奶粉罐、玩具、湿巾还有我保温杯、墨镜，刨了以前的车总觉得没地方放。换了捷途山海L7 PLUS后，各处储物格特别贴心。车门储物格容量大，能放娃的保温杯、我的矿泉水和折叠伞，不用再往座椅底下塞。中控下面有无线充电板，媳妇手机放上去就充电，旁边还有个小格子放钥匙和口红。后备箱侧边还有储物格，放了洗车毛巾、玻璃水，还有孩子的小铲子和小桶，整齐又好找。爸说这后备箱设计合理，不像有的车东西乱堆一地。

说安全，带娃出门安全感很重要。山海L7 PLUS车身用了大量高强度钢，占比高达86%，其中有1500Mpa的热成型钢，销售说这钢强度高，碰撞时能有效吸收能量，保护车内人员。虽说希望永远用不上，心里知道这配置，带着娃出门心里踏实多了。之前我也担心混动车电池安全，后来知道这车电池抗压能承受20吨重量，还有1300兆帕的底盘防护，就算刮到了石头也不用担心。一次雨天路面积水，我开过去一点事没有，问过售后，他们说电池防水性能优良，短时间浸水没问题。

主动安全功能也不少，感觉像无形的安全员。有次小区里突然有小孩跑出来，车自动刹车，吓得我一身冷汗，但也特别感激这帮了大忙。高速上开自适应巡航，车能跟车保持安全距离，还能保持车道居中，不用一直踩油门和刹车，脚不累了。遇前方车减速，车子也跟着刹，反应挺及时。

开了这车一阵子，感受是它确实有不足，比如第三排坐成年人跑超过两小时会有点挤，车机偶尔反应慢点。但总体作为15万级七座插混SUV，挺符合家庭用车需求。没盲目堆花哨

配置，而是把预算花在实实在在的地方。空间大，全家人坐着舒服；纯电续航220公里足够日常通勤，综合续航1700公里轻松长途；储物位贴心，安全配置全方位。对我们多口之家来说，选车不必盯着参数跑，解决空间挤、续航不够、开车累这些实际问题才重要。

如果你也是带着家人在找15万级中型SUV，真的建议去试试捷途山海L7 PLUS。别光听销售说参数，带上全家试试车，爸妈体验二排座椅的舒适度，孩子坐坐第三排，自己开段路感受悬架和操控。家庭用车关键的是全家能够舒舒服服出门，平平安安回家，山海L7 PLUS这点做得挺好。#旅行小房车就选山海L7PLUS #捷途山海L7PLUS

HTML版本： [15万级中型SUV，全家一起评车，带全家体验捷途山海L7 PLUS](#)