

捷途山海L7 PLUS：家用中型SUV的新标杆，旅行小房车

来源：姜东中 发布时间：2025-11-19 17:24:16

在挑选15万左右的中型SUV时，我作为一名既要兼顾家庭出行又喜欢个人休闲的车主，对车辆的舒适性、续航、空间实用性和整体性能都有比较全面的考量。最近我试驾了捷途山海L7 PLUS(图片|配置|询价)，这款车被大家戏称为“旅行小房车”，我通过城市通勤、周末家庭出游和高速长途旅行等多场景的体验，对它有了较深入的了解，下面就分享一下我的真实感受。

先说乘坐感受，捷途山海L7 PLUS(逛导购)给我第一印象就是空间宽敞，坐起来特别舒服。车身尺寸是4810×1930×1705mm，轴距有2820mm，这样的数据在中型SUV里算是挺大的了，保证了车内宽敞的空间。我试驾的是七座版，采用的是2-3-2的布局，平时城市开车，第三排座椅不用专门放倒，后备箱就能装下婴儿车、购物袋、孩子玩具这些日常用品，够用且方便。全家出去玩时，父母和孩子坐第二排比较宽敞舒适，我和爱人会轮流坐第三排，成年人坐那里也不觉得挤，腿部还有一定空间。车内挑高超过1.2米，我身高180cm，坐进去头部空间很宽裕，长时间坐下来也没压迫感。

座椅舒适度是这车的一大亮点。它用的是和理想汽车同源品牌的云朵舒享座椅，结构有12层，还配了20毫米的舒适发泡层，坐上去软软的，但不失支撑力，有点像家里沙发那种感觉。主驾驶座支持12向电动调节，还有4向电动腰托，开长途，比如三四个小时高速，也不会下车后腰酸背痛，特别适合经常开长途的朋友。前排座椅带有加热和通风功能，夏天冬天都能保持舒适。让我比较惊喜的是还有10点式按摩功能，开长途时开启的话，真的能缓解疲劳感。副驾驶带老板键，后排乘客可以一键调节前排座椅，方便照顾老人和小孩。



这款车座椅变换也非常丰富，能调出多达32种组合。全家出门旅行时，可以把整车七个座椅全电动放平，瞬间变成3米长的“床”，铺上床垫后，车内就成了休息区，孩子们能在里面玩耍。情侣短途游时，可以把前排座椅翻倒，二排座椅靠背调大，变成一个小沙发，边看窗外风景边享受二人时光。对于加班党来说，驾享大床模式也很实用，把副驾和二三排放平，铺上单人床垫，在公司楼下小憩一会儿超级方便。尤其值得一提的是，第三排座椅进出设计很人性化，一键电动调节，老人和孩子上下车都方便不少。



储物空间方面同样让人满意。车内有43个收纳空间，矿泉水、小太阳镜、充电线 and 孩子的零食玩具啥的都能找到专门位置。扶手箱容量有8升，车门板储物格能放下保温杯和雨伞，后备箱七座状态下能放几个行李箱，五座版本后备箱容积达732升，放倒第二排后扩展到1708升。我还试过把自行车拆了放进去，完全没问题，这对需要搬运大件物品的家庭来说特别实用。车里还配备了驻车空调，支持恒温、定时、节能模式，露营时能定时换气保持空

气清新，让一大家子人都能舒舒服服。

特别要说的是，露营爱好者一定会喜欢捷途山海L7 PLUS(用车口碑)的冰箱设计。扶手箱里有个6.4升的冷暖冰箱，能放8听可乐，支持-6到6度和35到50度的温度调节，夏天冰冻饮料，冬天还能加热牛奶，还有紫外线杀菌功能，用得更安心。我试过离车24小时保温，买的需要冷藏的东西居然没坏。后备箱还有一个20升的下沉式冰柜，支持三分区存放，温度能调-10到10度，能放新鲜肉菜、水果和冷饮，很适合露营备用。我们那次带了肉串、蔬菜和啤酒，整个过程食材都保持新鲜，随时拿出来烤着吃，同行伙伴都对这个设计赞不绝口。



车里还有车载饮水机和二排小桌板，提升了旅行便利性。饮水机能多档调温，温水泡茶或给孩子温奶都很方便，环保又省事。二排小桌板承重约30公斤，孩子能在上头写作业、看书，大人也可用来办公、吃外卖，设计很贴心，桌板上的凹槽还能防止杯子打翻。

说到续航，捷途山海L7 PLUS同样表现不错。它纯电续航达220公里，日常市区通勤绰绰有余。以我家到公司往返约30公里算，一周下来电量大概消耗一半，周末充一次电就够。周末去郊外露营，来回200多公里路程，纯电模式跑起来动力平稳，起步加速线性，没有顿挫感。长途出行的话，它综合续航能达到1700公里，油箱有70升，跑高速也不用常去加油站。我试过市区到周边城市600多公里的路，高速上用了纯电跑了200多公里，剩下路程切到混动模式，油箱到站时还有一半多油，返程也不用刻意找加油站，续航给力。

充电方面，支持75kW快充，20分钟能从30%充到80%，逛街时顺便充杯咖啡时间就够，完全不耽误事。慢充的话晚上插家里充电桩，第二天早上满电出发，日常用车超方便。车里还有10处充电接口，前排无线充电支持50W快充，后排配备Type-C、USB和12V电源，满足全家不同设备充电需求，孩子、老人设备都能同时充电，不用抢。

实用的还属它的6.6kW对外放电功能，露营时可以同时带动4个电磁炉。试驾时我们用它煮火锅、烤串、煮咖啡，电力完全充足，没担心断电，就像把家厨房搬到户外。220V车内电

源还能插笔记本电脑，偶尔临时办公也没问题，户外工作不用刻意找有电源的咖啡馆，车里就能搞定。

动力和操控方面，捷途山海L7 PLUS表现同样令人满意。它全系搭载1.5TGDI混动专用发动机，配无级超级电混DHT，系统最大功率265kW，最大扭矩530N·m，动力很足。百公里加速约7秒，60到100公里加速4.1秒，高速超车时深踩油门推背感强烈，但发动机介入平顺，几乎没顿挫。高速跑到180km/h车身稳如老狗，没有飘的感觉，开着很踏实。

CDC电磁悬挂是提升驾乘体验的关键，它能每秒调整100次阻尼，支持舒适、标准和运动三种模式。市区过减速带切舒适模式，悬挂过滤震动很好，后排家人坐着也不难受；盘山路用运动模式，悬挂变硬，过弯时侧倾小，操控还不错。底盘用上了26处滤振衬套，直径80mm，吸震能力强，悬架前后行程分别有200和193mm，遇坑洼路面平稳通过，不会颠得厉害。车辆满载承重达683公斤，即使全家五口带上行李，开起来依然稳稳当当。

安全配置方面，捷途山海L7 PLUS让我很放心。它采用笼式车身结构，高强度钢占86%，其中21%是热成型钢，抗拉强度高达1500兆帕，车身扭转刚度达25000牛·米每度，碰撞时保护很扎实。四门用热成型防撞钢板和一体式热成型双门环就像穿上铠甲，二、三排座椅背加固能防追尾穿刺，保护后排人员。电池防护也做得足够安全，IP68防水级别，浸泡1米深水48小时没问题，-35℃低温也能正常启动，极端天气不担心。电池底盘钢板强度1300兆帕，碰撞时毫秒级断电，安全细节到位。内饰选材环保，使用无醛水性胶和母婴级面料，皮质抗菌率超过90%，空气过滤系统过滤效率95%，尤其适合有小孩的家庭。孩子对气味敏感，乘坐这车感觉空气清新没异味。主驾有电子儿童锁一键控制，防止小孩误开车门，细节做得很贴心，带孩子出行省心不少。

智能配置不是花哨，但非常实用。15.6英寸向日葵旋转屏支持左右10度偏转，四音区语音识别无盲区。坐在前排或后排，只要喊“打开空调”“播放音乐”“导航到某地”，系统反应都很快，识别率高，减少手动操作，开车时更安全。灵捷AI语音还能回答天气、景点介绍等问题，带孩子出游时孩子可以随时提问，方便得很。TOUR OS 3.0操作流畅不卡顿，智能灵动岛和副驾负一屏设计，让副驾乘客能方便操作空调、音响，大家都能有好体验。

车载12个扬声器组成7.1全景声道音响，音质环绕细腻，车内听歌如同置身小型演唱会，旅途中听喜欢的歌不易腻。隔音也很赞，高速时车内噪音低，正常聊天不受影响，靠的是高效PP/PET吸音棉材料。

驾驶辅助让长途开车轻松不少。高速NOA功能能实现自动上下匝道、智能变道，打开后车子能稳稳地开在车道中间，自动跟车调速，显著降低疲劳感。跨层记忆泊车功能专门为新手设计，能记忆20条最长2公里的跨楼层停车路线，商场地下复杂地方也能自动精准入位，不用操心。不过城市NOA功能还需OTA升级才能用，我很期待升级后的表现。

总体来说，捷途山海L7 PLUS无论舒适性，续航，空间利用还是整体性能表现都很均衡，成

功抓住了家庭用车的痛点。它不追求花哨配置堆积，而是用实实在在的功能和设计，诠释了“旅行小房车”的定位。如果你既想要日常通勤利器，也希望周末带家人朋友去走走露营，这台车绝对值得考虑。#旅行小房车就选山海L7PLUS #捷途山海L7PLUS

HTML版本： [捷途山海L7 PLUS：家用中型SUV的新标杆，旅行小房车](#)