

开了2025款捷途山海L7 PLUS，我觉得家用SUV就应该这样

来源：吴惠雯 发布时间：2025-11-20 06:42:54

对于我们普通家庭来说，挑选一辆家用SUV可真不是件容易事。每天要上下班通勤，周末还想带老人孩子出去转转，偶尔还得跑趟长途探亲，对车子的要求其实挺高的：平时开得省油省钱，跑远了又不能总担心没电没油，空间要够大，老人孩子坐着舒服，细节配置还得照顾到全家人的各种小需求。在15万左右的中型SUV里瞅来瞅去，很多车看着花里胡哨，实际用起来总觉得哪里不对劲。直到我实际开了2025款捷途山海L7 PLUS(图片|配置|询价) 220km电七座豪华版，才真正感受到原来家用车可以做到这么“面面俱到”。这阵子不管是日常通勤，还是周末露营，甚至长途自驾，我都用它跑了好几趟，体验了各个方面，今天就跟大家聊聊这车到底值不值得普通家庭入手。

说到动力和续航，这两个点对于天天上下班的我来说真的是重要的。捷途山海L7 PLUS(读测评)用的是第五代1.5T GDI混动专用发动机，最大功率115kW，峰值扭矩220牛米，热效率达到了44.5%。说白了就是动力够用，而且不费油。平常我在市区开车，基本都是用纯电模式，官方CLTC纯电续航能跑220公里。我的上下班距离算中等，来回大概50公里满电基本能撑4天，完全不用每天担心充电的问题。纯电模式特别安静，完全没有发动机启动的噪音，起步时动力输出平顺柔和，不管早晚高峰跟车多紧密，踩油门刹车都轻松不累。而且用电的成本特别低，折算下来一公里成本不到一毛钱，比纯燃油车便宜太多了。我算了算，至少每个月能省三百多块钱油费，省下来可是一笔不少的支出。

周末的时候，带家人去郊区露营，往返差不多200公里，回来的时候车里还能剩个二十公里的电量，根本不用特地绕路或者找充电桩。碰到跑更长距离的就更方便了，这车综合续航足足有1700公里，之前我带家人去朋友家，来回1200公里，中途只加了一次油充了一次电，没啥顾虑，不用不停地找服务区补能，省时间也省心。充电方面它也挺贴心，支持75kW的快充，从30%升到80%大概20分钟就搞定。上次我在高速服务区插上快充，去买了杯咖啡、吃点东西，回来车电刚好补满，挺方便不耽误时间。如果家里装了充电桩，用慢充更划算，晚上用谷电充电，电费不到五毛钱一度，充满一次电也就是差不多11块钱。就算没装充电桩，平时去商场或者超市附近的快充站充个30分钟，也能立马多开100公里，这续航表现真的能解决很多人的充电焦虑。



另外，满载情况下动力也完全够用。上次我带着爸妈、老婆孩子，还有帐篷、烧烤架一大堆装备，7个人加满货，起步加速依旧稳妥。实测0到60公里时速用时5.8秒，想超车一深踩油门，动力马上跟上，完全不拖沓，开起来特别有底气。



讲到空间，这可是家庭用车的关键。捷途山海L7 PLUS(用车口碑)车身尺寸为4810×1930×1705mm，轴距有2820mm，空间大得很。它采用“2+3+2”的七座布局，座椅可组合达到32种模式，全车座椅还都支持电动调节，省力又方便。

平时通勤我多用5座模式，第三排放倒，后备箱容积达到732升，放两个24寸行李箱、一个儿童推车，再加一堆购物袋完全没压力，空间相当充足。周末去露营时，把第二排跟第三排都放倒，后备箱容积猛增到1708升，像折叠自行车、睡垫这些大件装备统统能装下，一点都不用纠结带啥不带啥。还有个“躺平模式”，把第二排座椅往后调远，靠背放平，第三排放倒，就变成一张1.8米长的移动小床。上回露营那会儿，太阳挺大，孩子就在车里躺了40

分钟，睡得特别香。我身高180cm，躺进去空间也很绰绰有余，长途开车累了，服务区停会躺着休息效果特好。

座椅的舒适度也很到位，前排填充软硬刚好，腰部包裹好，支撑感强。上次两小时高速出行，腰酸背痛啥的根本没影。冬天座椅加热功能能很快升温，五分钟不到；夏天中高配版带座椅通风，坐久了屁股不会闷热，体验蛮赞。第二排座椅就更贴心了，坐垫长52厘米，大腿能完全靠着不悬空。中间有扶手，带杯架和空调调节按钮，孩子坐后排自己搞定温度，特别方便。很多七座车第三排都被吐槽鸡肋，但这款的第三排空间不错，我朋友175厘米，坐里面头顶还能剩三指，腿部也不顶前排，短途坐没压力。长途坐两个成年人也不会感觉挤。第三排还有独立空调出风口和USB充电口，孩子玩手机听动画不用担心没电温度不舒服，整体体验拉满。



北京越野BJ40最低售价：13.78万起最高降价：0.80万图片参数配置询底价懂车分3.44懂车实测空间·性能等车友圈22万车友热议二手车2.28万起 | 653辆

安全配置方面，这车车身结构异常扎实，采用了笼式车身设计，高强度钢占了86%，其中21%是热成型钢，强度高达1500Mpa。扭转刚度达到25000N·m/deg，前几天我开着它走了一段坑洼土路，车身没明显晃动，车内乘客也觉得坐得稳。扎实的车身结构碰撞时能有效减少变形，给车里人留足生存空间，这对有家庭的我来说特别重要。全车配备6个安全气囊，主驾副驾安全气囊，前排侧气囊，还有前后排头部气帘，从头到腿做多层保护。儿童安全座椅接口是标配，安装时位置设计合理，不用弯腰费劲，特别方便宝妈们使用。

此外，它还配有ESP车身稳定系统、ABS防抱死制动系统、EBD电子制动力分配系统，平时不一定能感觉到，但关键时刻能发挥拯救作用。那次下雨路面积水，我紧急踩刹车，车没有侧滑，稳稳停住，特别安心。

辅助驾驶也很实用，配备的猎鹰500系统，不管高速还是市区都靠谱。高速上开长途，

开启高速NOA功能，设定目的地后，系统能自动识别车道线和限速标志，还能自动上下匝道、智能超车。前阵子高速遇到前面车慢，系统观察完后安全变道超车，超完又稳稳回到原车道，特别顺畅。连续三小时开高速，手握方向盘不用紧张，疲劳明显减少。在市区堵车，城市NOA功能也帮了大忙，能识别红绿灯、自动变道聪明绕行，早高峰堵车跟车，从此不用频繁踩油门刹车，脚轻松多了。碰到共享单车挡路，系统能提前识别并绕过，避免了不少磕碰风险。

停车对新手头疼，这车配有跨层记忆泊车，能记住20条2公里长的停车路线。之前去商场地下车库停车位超窄，自己停车总怕刮到邻车，开启智慧泊车后，系统自动找车位、自动停好车，我一手提着购物袋，轻轻松松搞定停车，超级方便。

内饰方面，第一印象就是宽敞又温馨。中控台、门板、扶手箱这些手经常摸的地方，全都用软质材料包裹，摸着细腻像麂皮，没有那种廉价硬塑料感，手感真心好。座椅是仿皮材质，透气性不错，夏天坐久了也不闷汗。车内还有“智能双冰箱”配置，前排中央扶手有个5升的小冰箱，后排扶手还有3升的小冰箱，支持制冷和制热两用，这对家庭来说太实用了。

15.6英寸的悬浮中控屏画面清晰，滑动流畅不卡顿。车机内置语音助手很实用，上次带爸妈出门，妈妈说后排有点冷，直接喊“把后排空调调到24度”，系统1秒钟就执行了，开车时不用低头操作，更安全。导航时说“避开堵车”，它马上重新规划路线，导航信息还能同步到10.25英寸全液晶仪表盘，开车抬头就看得到的，安全又方便。

外观设计走稳重大方路线，没那些花哨复杂的元素，特别合适家庭用。车头用大尺寸点阵式镀铬格栅搭配狭长LED大灯，辨识度高又不张扬。实测这灯的照明效果很给力，晚上开去没路灯的郊区，近光能照亮30米左右，远光更远，而且会随着对向来车自动切换近光灯，挺贴心。贯穿式日间行车灯不仅让车头看着更宽，还在雨天、雾天增强辨识度。车身侧面设计把实用做到极致，窗框镀铬饰条不仅漂亮，还能防止雨水顺着车窗流进车内。外露式门把手特别方便，北方冬天戴手套还冻着的朋友肯定懂，这种开门就开，简单利索。19英寸多辐轮毂配合静音轮胎，抓地力好，雨天湿路急刹没打滑，过减速带时候胎噪也很低，车里安静舒适。车尾设计呼应车头，贯穿式尾灯像条光带，晚上点亮后车后方车辆能很清楚判断距离。尾门边缘的小扰流板不是摆设，高速120km/h时风噪比同级车低了3分贝，车里静悄悄的。

总结下来，我这段时间深度体验捷途山海L7 PLUS 220km电七座豪华版后，感受就是“省心又实用”。它没搞那些花里胡哨的花招，真正把钱花到了家庭用户真需求上：220公里纯电续航解决了日常通勤省钱又安静的刚需；1700公里综合续航打消了跑长途的焦虑，不用频繁找地方充电；32种座椅组合让空间灵活多变，装人装物都能满足；双冰箱、全景天窗这些贴心配置，让全家出行更舒服温馨；扎实车身加全面安全配置，为全家保驾护航；还有优惠政策相当给力，让它在15万级中型SUV里性价比确实高。

作为普通家庭，我们买家用车不就是图个省心、用着实在舒服吗？这款捷途山海L7

PLUS刚好契合这些需求，日常通勤、周末露营、长途自驾样样能行。如果你正好准备在15万元左右买辆中型SUV，想找个省油、空间够大用起来舒服、细节贴心的好车，真的可以去试试这款车，体验过绝对不会失望。#旅行小房车就选山海L7PLUS #捷途山海L7PLUS

HTML版本： [开了2025款捷途山海L7 PLUS，我觉得家用SUV就应该这样](#)