

带全家自驾，我选捷途山海L7PLUS!这车里有“第二套沙发”

来源：倪贞仪 发布时间：2025-11-12 18:18:07

咱们普通家庭选车，说简单也简单，说难是真难。你想啊，这车平时得天天开着上班通勤，早晚高峰堵在路上也得舒服点；到了周末或放假，还得拉着老婆孩子、爸妈一起出去玩，不仅得让老人孩子坐得舒服不憋屈，行李、露营的帐篷桌椅、孩子的玩具车这些东西也得有地方放。之前我身边好多朋友选车都犯难，要么动力不够用，跑个长途超车光着急；要么纯电车续航不行，出远门心里没底，生怕半道没电撂挑子；要么就是价格太高，超出家庭预算了，买了车日子过得紧巴巴；还有的看着空间大，实际用起来到处不方便，比如后排中间鼓个大包，老人坐中间硌得慌，或者后备箱开口太高，老婆搬东西费劲。

就在大家都纠结的时候，捷途出了款山海 L7 PLUS，价格从 11.99 万到 16.59 万，正好卡在咱们大多数家庭能接受的范围里，不算贵，咬咬牙就能拿下，还不影响日常开销。我专门去 4S 店体验了一圈，试驾了半天，发现这车挺懂咱们老百姓的需求，好多设计都说到心坎里了，不是那种华而不实的花架子，今天就跟大家好好聊聊这款车，给正在选家用 SUV 的朋友当个参考。

先看车头，显眼的就是那条横着装的灯带，把两边的大灯连在一块儿了，晚上点亮的时候辨识度挺高，再配上差不多封闭的格栅，一眼看过去车头特别宽，而且感觉重心很低，站在车跟前，就觉得这台车特别稳，一点不张扬，没有那种张牙舞爪的劲儿。这种感觉就特别好，咱们平时开着上班，在车流里不扎眼，不会让人觉得你瞎嘚瑟；带家人出去玩，停在景区或者服务区，看着也特别稳重，有家庭车的样子，爸妈坐在里面也觉得踏实。

再说说车灯，灯眉是折线的，不是那种圆滚滚或者特别尖锐的，点亮之后一眼就能认出来，但又不会觉得刻意耍帅。这种设计就特别耐得住看，早上上班、晚上下班天天瞅着也不烦，就算开个三五年，也不会觉得过时，不像有些车，刚买的时候觉得灯挺酷，过两年再看就觉得土气。现在好多车为了好看，前脸堆一堆镀铬条，亮闪闪的跟暴发户似的，要么弄个超大的进气口，看着是唬人，但咱们平时在市区开车，哪用得上这么大的进气口？反而显得浮夸，洗车的时候还得专门擦那些镀铬条，麻烦得很。



山海 L7 PLUS 就不一样，前脸留的空白特别合适，比例也协调，关键是实用。比如你在那种老小区的窄胡同里，或者菜市场门口的小路口，想探头看看有没有来车，因为车头设计得规整，没有多余的凸起，能清楚看到车头到哪儿了，不用瞎猜；在地库转弯找车位的时候，也能准确判断车身位置，不会蹭到旁边的车；有时候路边停车得贴边，方便上下车，也不用来回挪好几把，省了不少麻烦。咱们开车，不就图个省心嘛。

车头下面的护板也得提一句，看着就特别厚实，不是那种薄薄的塑料片。平时开车，偶尔蹭到个马路牙子，或者过个小台阶没注意，有这个护板挡着，也不用心疼蹭坏了车漆；要是下雨天走那种积水的路，护板也能挡点泥水，不会溅到发动机舱里。这点对咱们这种经常带家人出门的太重要了，毕竟谁也不想因为这点小事影响一家人出去玩的心情，本来挺开心的，结果蹭了车，一路上都闹心。车身下面还有一圈黑色的防擦护板，从车头一直到车尾，周末带家人去郊区的土路、河滩边上的石子路，就算溅起来小石子也不怕刮花车身，回家洗车的时候就不用揪心了，不用拿着小刷子一点点抠车漆上的划痕。



再看车身侧面，这台车的尺寸是 4810/1930/1705 毫米，轴距 2820 毫米，按说这是标准的中型 SUV，不少这个尺寸的车看着都臃肿，跟个大面包似的，但山海 L7 PLUS 看着一点不臃肿，反而挺修长的，停在楼下看着就精神。侧面的腰线从车头一直连到车尾，线条特别顺，没有那种硬邦邦的折角，看着就舒服，不像有些车，为了显运动，腰线弄得歪歪扭扭的，看着就别扭。

车顶稍微有点溜背，但角度特别小，这点特别好。既让车看着不那么笨重，有点时尚感，又没影响后排的头部空间。咱们平时带爸妈出门，老人年纪大了，坐在后排要是顶着头，一会儿就不舒服了，这车后排头部空间够足，老人坐着也不会觉得压抑；孩子在后排蹦蹦跳跳也有空间，不用老被局限在小角落里。我之前看有的溜背 SUV，后排头部空间特别小，我 1 米 75 的个子坐进去都顶头，更别说家里的老人了，那种车看着好看，实际用着太难受。



车门上的门把手是半隐藏的，不是那种完全凸出来的，跟门板上的线条配在一起，近看

特别利落，没有多余的东西，远看也精神，不会显得杂乱。而且有两个小细节我特别喜欢，一个是车门能开得特别大，差不多快 90 度了，平时咱们上下车不用弯腰扭身子，直接就能坐进去；要是抱个孩子或者扶着老人上车，也不用费劲，老人不用侧着身子挤进去，这点真的太贴心了。我之前开的那台车，车门开得小，每次扶我妈上车，都得让她侧着身子，特别不方便，有时候还会碰到胳膊，换了这车之后，我妈都说上车方便多了。

另一个就是车顶的行李架，不是那种样子货。好多车的行李架就是粘在车顶的，看着有那么个东西，实际根本不能装东西，一放重点的就掉了。4S 店的人说山海 L7 PLUS 这个行李架能真真切切装东西，承重没问题，固定得也结实，还能自己加横杆。咱们周末去露营，帐篷、折叠桌椅、硬壳的行李箱都能绑在上面，后备箱就能空出来放孩子的玩具、衣服，还有平时用的零食、水，拿取也方便，不用翻来翻去。上次我带家人去露营，把帐篷和折叠桌绑在行李架上，后备箱放了孩子的自行车、零食箱，还有我爸的钓鱼竿，空间特别够，一点不挤。

车轮的设计也特别实在，没有弄那种超大的轮毂。你想啊，轮毂太大了，平时洗车多费劲，轮毂缝里全是泥，得用小刷子一点点刷；而且刹车磨下来的粉特别明显，两天不擦就黑乎乎的，看着特别脏。山海 L7 PLUS 的轮毂大小正合适，18 寸的，平时擦车省事，随便一擦就干净了，也不容易显脏，咱们天天接送孩子、买菜做饭，哪有那么多时间天天擦轮毂啊，能省点事就省点事。而且轮毂的样式也不复杂，就是简单的多辐式，看着干净利落，不会因为样式太复杂藏污纳垢。

再看车尾，跟车头的风格特别搭，也是简洁款的，没有多余的装饰。尾灯是贯穿的，跟车头的贯穿灯带呼应上了，点亮之后一条线特别亮，晚上在车流里特别显眼，能让后面的车清楚看到你的车，减少追尾的风险，但没有弄那些分层或者花里胡哨的灯光效果，比如流水灯、呼吸灯什么的，看着特别干净。尾门是平的，收尾特别利落，没有那种凸出来的小尾巴，倒车的时候也不用担心蹭到尾门。车尾下面的护板也厚实，跟车头的护板一样，能防刮蹭，要是偶尔需要从后面放东西，踩一下护板也没问题，不用怕踩坏了。

我一直觉得家用 SUV 没必要在车尾弄那些运动风格的东西，比如超大的尾翼、复杂的扩散器，看着是挺酷，但跟咱们家用车的气质一点不搭，时间长了也会看腻，而且那些东西也没什么用，尾翼在市区开根本起不到稳定车身的作用，扩散器也只是个样子。山海 L7 PLUS 的车尾不管是在小区里、地库里，还是在高速服务区，看着都特别正派，不张扬，这种感觉才符合咱们家庭用车的样子，低调又实用。

一打开车门，中控那边是横着的，特别舒展，不是那种竖起来的大平板，看着压抑。没有弄那种超大的曲面屏，也没有叠一堆东西显得乱糟糟的，比如有的车在中控台上堆了好几个屏幕，看着科技感足，实际用着特别乱，想调个空调都得找半天。山海 L7 PLUS 的仪表盘、中控屏、出风口还有平时常用的按钮，正好在一条线上，开车的时候看信息、按按钮都

特别方便，不用到处找，也不会因为看屏幕分心，毕竟带着家人，安全最重要，不能因为调个功能分神出事儿。

中控屏是 15.6 英寸的，不算特别大，但也够用了，而且还能往两边转。主驾想调点东西，比如设置座椅加热，能把屏幕转过来一点，看得更清楚；副驾想帮忙弄个导航或者放首歌，也能把屏幕转过去，不用凑到主驾这边来，特别灵活。而且屏幕的亮度特别合适，中午太阳晒着的时候，看屏幕也不刺眼，不会因为反光看不清；晚上开车，屏幕会自动变暗，不会晃眼睛，对咱们的眼睛也友好，长时间开车眼睛也不会太累。我之前开的车，屏幕亮度不能自动调，中午得用手挡着才能看清，晚上又特别亮，晃得眼睛疼，特别不方便。

车机系统是 TOUROS 3.0 的，用着特别顺手，跟咱们平时用的手机差不多，没有什么学习成本，家里的老人稍微教一下也能会用。咱们平时用的导航、听歌、调空调、设置座椅这些功能，点两下就能找到，不用在菜单里翻来翻去，比如想调空调温度，直接在屏幕上点空调图标，就能看到温度调节，特别简单。屏幕上的图标和字大小也正好，开车的时候扫一眼就能看清，不用低头看半天，安全多了。不像有的车机系统，图标弄得特别小，字也小，不仔细看根本看不清，还得停下来调，特别麻烦。

语音控制也特别好用，反应特别快，还能连着说好几句话，不用等它回应完一句再说下一句。比如你想“把驾驶位的通风开到中档，空调风再小点儿，导航到最近的咖啡店，顺便把氛围灯调成暖颜色”，不用一句一句说，一口气说完，车机都能弄好，不用动手操作。咱们带孩子的时候，手里忙着哄孩子，或者开车的时候不方便动手，直接说话就能调车，太方便了。我之前试过有的车的语音控制，反应特别慢，说一句话得等半天，而且还经常识别错，说调空调，结果给你打开了导航，特别让人上火，山海 L7 PLUS 这个就不会，识别准确率特别高，基本不会出错。

车里的储物空间也特别多，平时用的东西都有地方放，不会到处乱塞。前后车门上的格子能放水杯、雨伞、消毒湿巾，放进去还不会倒，有的车车门格子特别浅，水杯放进去一拐弯就倒了，洒得到处都是，这个车就不会，格子够深，还能固定住。中控台前面的小格子能放手机、停车卡、墨镜，拿的时候顺手，还不挡空调风，有的车把手机格子放在空调风口下面，一开会空调就把手机吹得冰凉，冬天又吹得滚烫，这个车的位置就特别好。副驾前面的手套箱也够大，能放个平板或者杂志，副驾的人路上能看看视频、翻翻书，打发时间。

前排座椅后面还有小袋子，是那种能装不少东西的大袋子，不是那种只能放几张纸的小袋子。能放孩子的绘本、小玩具，孩子坐在后排想看书或者玩玩具，直接就能拿到，不用老喊着“妈妈帮我拿一下”“爸爸帮我拿一下”，省了不少事。我家孩子特别喜欢在后排看绘本，之前没有小袋子，书都放在后排地板上，一拐弯就散一地，现在有了小袋子，书放里面整整齐齐的，孩子拿着也方便。

中央扶手箱也特别能装，有 8 升大，放个相机、充电宝、数据线没问题，还能放几瓶

饮料。夏天的时候，还能放个小冰包，里面装几瓶冷饮，路上渴了就能喝，想想都舒服，不用买瓶装水，既环保又省钱。扶手箱还能前后滑动，高矮也能调，开车的时候胳膊放在上面特别舒服，不会觉得累，有的车扶手箱是固定的，高矮不合适，胳膊放上去要么太高要么太低，特别难受，这个车就考虑得特别周到。

咱们家庭用车，安全是一位，毕竟车上坐的都是家人，安全不能马虎。山海 L7 PLUS 的安全配置就特别到位，主动安全和被动安全都有，让人特别放心。

先说说主动安全配置，有自适应巡航、前碰撞预警、主动刹车、车道保持、盲区监测这些功能，而且都特别实用，不是那种摆设。比如早上上班赶上堵车，打开自适应巡航，车会自己跟着前车走，前车快它就快，前车慢它就慢，不用一直踩着油门和刹车，脚也不酸了，也不用一直盯着前车，能轻松不少。我之前上班天天堵车，踩刹车踩得脚都麻了，现在有了自适应巡航，堵车的时候轻松多了，还能稍微休息一下。

要是前车突然刹车，或者前面有行人、自行车窜出来，车会先通过仪表盘提醒你，还会滴滴响，要是你没反应过来，车会自己刹车，能避免不少事故。我有一次在小区门口，一个小孩突然从路边跑出来，我还没反应过来，车就自己刹车了，吓得我一身冷汗，要是没有这个功能，后果不堪设想。跑高速的时候，车道保持功能特别有用，要是你不小心走神，车快偏离车道了，方向盘会自己轻微调整，把车拉回车道里，还会提醒你集中注意力；想变道的时候，要是旁边车道有车，盲区监测会在后视镜上亮灯提醒你，不用老回头看，安全多了，尤其是在晚上或者下雨天，视线不好的时候，这个功能特别管用。

被动安全也不含糊，车身用了特别多的高强度钢，占比好像有 70% 多，具体数字我记不太清了，4S 店的人说这个比例在同级别车里算比较高的。要是真发生碰撞，车身能把力量分散开，不会让驾驶舱变形太多，能保护咱们的安全。而且车里有好几个安全气囊，前面的主驾和副驾气囊，侧面的座椅气囊，还有头部的气帘，全方位保护咱们，不管是开车的还是坐车的，都能放心。我之前看新闻，有的车因为车身钢材强度不够，发生碰撞后车身变形特别严重，安全气囊也没弹出来，特别吓人，选车的时候一定要看车身钢材和安全气囊配置，不能只看外观。

咱们平时带老人孩子出门，就怕出点意外，有了这些安全配置，心里就踏实多了，不管是日常上班还是长途旅行，都不用老是提心吊胆的，能安心享受出行的时光。

我体验的是 2025 款 121km 七座豪华版，这个版本卖得好像挺好的，性价比高。它有个 1.5T 的发动机和一个电机，是插混车型，发动机最大功率 115kW，扭矩 220N·m，电机功率 150kW，参数看着不错，实际开起来也挺给力的。平时在市区开，起步的时候基本都是电机在工作，特别安静，没有燃油车那种发动机的噪音，而且加速特别平顺，没有燃油车那种一冲一冲的顿挫感，坐在车里特别舒服。

早上上班赶上红绿灯多的路，走走停停也不会觉得顿挫，老人孩子坐在车里也舒服，不

会晕车。我妈之前坐燃油车，一遇到堵车走走停停就晕车，吐得特别难受，现在坐这个车，电机驱动平顺，基本不晕车了，每次出门都特别开心。要是想超车或者上高架需要加速，发动机就会马上介入，而且衔接得特别自然，不会突然变吵或者猛地往前窜，整个过程特别流畅，超车的时候也特别有信心，不用像开动力弱的车那样，得提前半天加速。

跑高速的时候，60 到 100 公里加速挺快，官方说 4 秒多，实际开着的时候，踩下油门就能感觉到劲儿很足，超车的时候一点不费劲，就算车速到 120 公里了，再加速也还有劲儿，不会觉得肉，跑长途一点不心虚。有一次我带家人去外地玩，走高速的时候遇到大货车，想超车，踩下油门，车一下子就窜出去了，很快就超过去了，特别安全，要是动力不够，超车时间长了，特别容易出危险。

关键的是续航，这台车纯电续航能到 121 公里（CLTC 工况），这个续航里程对咱们日常通勤来说完全够用了。咱们普通家庭选车，不就是想选个实用、舒服、安全，还不贵的车吗？捷途山海 L7 PLUS 正好满足了这些需求，要是你也在为选家用 SUV 犯愁，真可以去试试这台车，相信你也会跟我一样，觉得这台车特别懂咱们老百姓的需求。#旅行小房车就选山海L7PLUS #捷途山海L7PLUS

•

HTML版本： [带全家自驾，我选捷途山海L7PLUS!这车里有“第二套沙发”](#)