

# 太平湖畔“乐”健走 国际友人“不思蜀”

“大家好，我叫玛莎蒂，来自马来西亚。我非常喜欢太平湖的风景，真的太美了！”这位年轻的外国女孩十分俏皮，在上台发言的最后，还特意扭过头将第四届中国国际健走节的标语“健走和谐，乐享太平”用流利的中文念了出来。

据记者了解，这次参加太平湖健走活动的国际友人共有数十名，来自美、德、英、法、韩、日、南亚等49个国家地区，都是健走养生爱好者。他们对能来到美丽的太平湖感到十分兴奋，甚至有名来自北外的土耳其学生称，因为太平湖而觉得中国的南方比北方风景更美，可爱的发言逗得台下其余的健走爱好者直乐。

此次健走路程有5公里，途经美丽的太平湖畔，记者也参与到这一快乐的



行进中来，有幸领略路途的美好风景。太平湖四周青山环绕，远处望去颇有诗意，据导游介绍，这些山是尚未命名的黄山余脉，给清澈如镜的太平湖更增了万般风采。

由于太平湖区没有工业污染源，空气清新，道路洁净，抬眼视线所及之处尽是山绿、树绿、水绿，让人感觉仿佛来到了“世外桃源”。远处的梯田整整齐齐地种植着各种蔬菜，郁郁葱葱，近处的

小山丘或是平地上总能见许多不知名的小花，真想凑上前去一探究竟，却又怕毁了这一片宁静……一路欣赏如此开阔的美景，比之在城市里挤公交车做“沙丁鱼”，真不知该作何感想。

终于到了健走的终点，身旁的男旅客大发感叹：“二十多年没走过这么远的路了！”随即来了一嗓子长长的高呼，中气十足，引得在不远处“签名布”上忙活的国际友人纷纷注目，并送来会心一笑。

这次健走系列活动旨在“祈福中国与世界安康、和平与繁荣”，活动内容除了太平湖天然氧吧健走外，还有徽文化风情展示、黄帝内经与养生讲座、篝火晚会等活动，都吸引了国内外游客积极参与。

见习记者 彭凌梅

# 雁荡山夫妻节特惠开始喽！ 368元/人游山玩水到尽兴

喜欢游山玩水的南京市民有福了，日前，第二届雁荡山夫妻节特惠开始了，中天旅行社为南京家庭准备了便宜又实惠的雁荡山三日游。据介绍，平时是每周三、五发班，而在12月3、11日的班次，每对报名夫妻赠送“高淳老街一日游”名额一名。报名的南京市民中，夫妻持结婚证或持老年证报名的每位花费368元。

在这次三天的行程安排中，第一天从南京出发去雁荡山。乘车赴唐诗之路——浙江天台，中午抵达游览“石梁飞瀑景区”。原汁原味的生态，集天下山水奇观于一体，是浙东“唐诗之路”的精华所在。翠谷全长1800余米，有“小铜壶瀑布”、“法华晨光印”、“千年睡狮”、“天然济公



像”原始木荷林等等，最为著名的是“天下第一奇观”石梁飞瀑。“飞瀑”历经三折穿梁而过，再从40米高的悬崖峭壁飞腾而下，势若奔雷，极尽雄伟壮丽；第二天的行程相当丰富。游览雁荡山地质博物馆，然后游览中国四大明瀑之一“大龙湫景区”。晚餐后观赏神秘浪漫的“灵峰夜景”，一座座山峰在夜晚瞬间都有了生命。第三天早餐后，游览雁荡之精华“灵峰夜景”中的果盒三景、合掌峰、观音洞等。

# 走进浙西 享受一回健康之旅

享受健康，关爱生命，这是人类的永恒主题。近日，记者了解到，浙西杭州五县（市）将在继续保持原有旅游资源特色的同时，开展“走进浙西，享受健康”旅游。

浙西杭州五县（市）开展这一“健康旅游”活动，是具有得天独厚优势的：淳安千岛秀水，临安绿色健康，富阳运动休闲，桐庐富春山水，建德清凉世界，各具特色的旅游资源令浙西旅游精彩纷呈。

淳安不仅拥有千岛湖“天下第一秀水”，还致力于打造“一岛一主题”，彰显“碧湖千岛”的不同特色。临安，作为全国县级市中唯一“国家森林城市”，除了拥有天目山、浙西大峡谷、太湖源、天目大峡谷等数十处名胜

景点外，还积极发展自驾游营地和户外运动业态，极有成为长三角户外运动基地的“野心”。坐拥得天独厚的山清水秀的富阳，更利用独特的山水资源，做透了山水文章。有“中国最佳休闲旅游县”之称的桐庐，以“山清、水秀、史悠、境幽”闻名于世，近年来他们正着力于营造与“潇洒桐庐”相配套、相适应的休闲养生环境，值得期待。素有“锦绣峰岭，山水之乡，旅游胜地”美誉的建德，正以“绿色、生态、休闲”的清丽形象吸引众多的海内外游客前往。

走进浙西，享受健康。杭州五县（市）已敞开怀抱，真诚欢迎各方游客去参与健康之旅，在旅游中增强健康，在健康中享受生活。

# 张公洞75周年庆邀您洞陶世界游尽兴



本月10日宜兴张公洞迎来了被发现并向世人开放的75周年庆，对于一向以洞之天为特色的宜兴，去宜兴不玩洞绝对是一件憾事，当然张公洞为首选。

张公洞是著名石灰岩溶洞、宜兴“三奇”之一，位于宜兴城西南约22公里的孟峰山麓，因张公洞景色奇美，享有江南第一古迹之誉。其溶洞面积约3200平方米，游程1000余米。自

下洞人，为“海屋大场”，怪石峥嵘，石乳、石柱、石幔、石花琳琅满目。拾级而上，即烟雾缭绕的海王厅，又称天蓬大场，为洞之精华所在。周围还有地道洞、七巧洞、棋盘洞、一线曙光洞等。

张公洞洞中有洞，洞内套洞，大洞包小洞，一洞复一洞，洞洞不同，洞洞有奇。从海王厅经“云梯”、“天桥”而上，由“天洞”出，即达孟峰山顶。岩壁有元代杨维桢的题刻。洞顶

有“望湖亭”，可远眺太湖风帆。下洞似一座大厦，名为海屋大场。天洞以海王厅天师台为中心，洞顶朝天，故名为朝天洞。

如今的张公洞经过不断的翻新和深度的开发，如今不仅可以观赏美景，还可以欣赏智取威虎山的京剧表演，可以在洞内观看水幕电影，可以到地下河探险，还可以沿着山间漂流、戏水，到陶艺馆亲手制作陶艺……

**南京信天游旅行社** 地址:南京汉中中路218号金鹏大厦A座318室

**情定亚龙湾** 蜜月主题 浪漫 三亚 2880元 蜜月套房 3580元

**西安兵马俑 法门寺 武当山 五日** 动多 动多 动多 动多 动多 三星 1880元

**滑雪神农架 问道武当山 三峡大坝双动六日** 动多 动多 动多 动多 动多 三星 1880元

**武当山双动四日游** 五星合家 12月2、16、30日 1280元

**三峡 白帝城全游五日** (二心散) 散家天天 1420元

**三峡 小三峡 丰都 重庆单飞五日** (三心散) 散家天天 1680元

**美国维多利亚瀑布 非洲单飞五日** 上水 2780元 下水 2880元

**总统游轮系列 总一总六单飞五日** 上水 2580元 下水 2780元

**长海维多利亚长海一总一总单飞五日** 上水 2280元 下水 2480元

**总统系列(五湖)三峡峨眉 乐山 重庆双飞九日** 3980元

海南专线:4007075166 86645331 团队专线:85953033 湖北专线:86647536

**南京中天旅游** www.nztly.com 团队部:86647230 信信信信 同行部:84651664 品质保证

**“雁荡山夫妻节”活动特惠 再买二送一**

雁荡山 灵岩 灵峰(日夜) 大小龙漱 中折瀑布 地质博物馆 天下第一奇观——天台“石梁飞瀑” 三日 持结婚证 368元

报名参加12月3、11日发班的夫妻 赠送高淳老街一日游名额一名 发班:12月3、5、9、11日

84517526 84517872 84658028 84417286 83467672

**夕阳红旅游** 南京夕阳红旅游有限责任公司 老年旅游 专业品质 精心组团 全程陪同

**走遍千山万水 关爱中老年人健康**

快乐夕阳老顽童俱乐部征召会员通知及旅游报名活动火热进行中!!!

为满足不同中老年人出行的愿望，提升中老年人晚年的幸福生活，由南京夕阳红旅游公司主办的第六届中老年人健康养生旅游节及会员联谊抽奖活动已经开始报名了！从1999年至今公司已组织接待政府各部门、离退休老年及社会各界中老年人朋友十万余人的旅游活动，具备丰富的接待经验并受到各界人士赞誉。我公司长期以来关注并从事中老年人健康旅游事业，已多次成功举办“夕阳红健康之旅”及“全民健身活动”足迹遍布祖国各地，独立运作“夕阳红”旅游专列、旅游包租数十次，现推出2010年最新中老年人长线精品旅游，欢迎您来我公司咨询！

现在报名凭会员卡可享受100—200元不等的优惠政策，并赠送乡村美景一日游及参加会员联谊抽奖活动！每100人中就有机会获得价值108元—5980元的旅游现金券！

报名日期:即日起—11月30日前12月1日—12月31日前 咨询电话:84460857 84207353

报名地址:新街口中山南路219号三元巷传家酒店5楼501室

另有12月7日海南岛、三亚天涯海角、博鳌会址、澄江、琼州海峡(穿越广西、南宁、北海银滩)桂林、漓江、阳朔11日游专列正火热报名中，提前十天报名可赠送160元/人《梦幻漓江》及两人报名赠送2010年全年扬子晚报一份

**南京海外旅游有限公司** 客服热线:84700066 团体:84736816

以下所有线路实行买一送一，赠送线路为:道教名山——茅山 丹阳眼镜一日游(茅山门票自理)

**海南** A:贵宾纯玩超值游 1650-1700元 B:蜈支洲岛精品游 1900-2050元 C:尊贵深度品质游 2550-2950元

**港澳** 港澳半品质直飞5日 12月1、3、5、6、8、10、13日 1450-1650元

港澳+广深珠双卧7日 老年专线品质游 12月7、9、11、13日 全含包餐 1580元

新街口84700066 新街口中山南路219号三元巷传家酒店5楼501室 山西路83356412 58111680 上海路71111111 11111111

**中国康辉** 南京国际旅行社 康辉旅游集团辉煌20年，连续多年全国百强 公司地址:新街口路327号宏景公寓 国际社前三名，经典、特色旅游线路遍布全球 监督:842138228

**澳洲** 澳大利亚八日 特价 9300元 特惠班 10800元 澳大利亚 凯恩斯八日 11800元 澳大利亚 新西兰十一日

**日本** 玩转日本—皇牌畅销六日 (南京进出) 4780元 玩转日本—本州精彩五日超值游 (南京进出) 4380元 日本经典全景六日 4380元

**中东非** 土耳其 埃及九天红海风情之旅 12月12、31日 10999元 南非八天经典之旅 12月11、25日 特价 10388元 埃及八天神秘之旅 12月20日 特价 8588元

**欧洲** 法意瑞三日十日 12月特价 10100元 夕阳红欧洲十一国十四日 12月特价 11000元

**港澳缤纷品质五日游** 12月特价 1500元

纯港五日游(含海洋公园+迪士尼门票) 2900元

**东南亚** 纯泰品质六日 2780元 泰新马品质游 3680元 巴厘岛 12月特价 (含税) 4580元 普吉岛 12月特价 (含税) 3299元 马尼拉 长滩岛 12月特价 (含税) 4399元

**海南** 全景海南—完美蜈支洲 1820元 深度海景—纯玩海之旅 2050元 贵宾系列—蜈支洲纯玩游 2000元 主题三亚—蜈支洲尊贵游 2650元

**云南** 昆明大理丽江双飞六日品质 1690元 昆明大理丽江香格里拉八日品质 2650元 昆明大理丽江版纳四日品质 2780元

**厦门** 厦门集美鼓浪屿双飞三日 1700元 厦门鼓浪屿武夷山单飞五日 1700元 厦门集美鼓浪屿永定土楼双飞四日 1900元

**桂林** 桂林漓江阳朔冠岩双飞四日 1850元 桂林漓江古东森林瀑布银子岩印象刘三姐双飞四日精品 2380元

**休闲** 千岛湖 杭州西湖 印象富春江漂流 通天飞瀑二日 278/490元 乌镇 西塘二日(赠送夜游西塘) 258/318元

近虹桥 85550880 85550890 新街口 84209255 84206003 城中 84577771 84577772