



北京自由行



退休后,旅游成了生活中的一部分。每年都跟团游,虽吃住行无忧,却游玩受限;自由行多了点麻烦,但可随心所欲。我和老伴决定北京二人行,这是因为首都名胜古迹和人文景观众多,还因为有的景点曾去过可重温往昔。

西山八大处是佛教寺庙园林,景区以散落山间的八座古刹而得名。乘坐缆车上山顶珠宝洞,庙很小,牌坊内外额分别写有“欢天地”“坚固村”,据说是乾隆手书。下山后,来到素有西山第一名胜之称的灵光寺。高51米八角13层密檐式佛牙舍利塔,是安放佛

牙之处,气势不凡。

紫竹院公园里一派江南园林气息,“黛瓦棕柱粉白墙,飞檐翘花漏窗”,举目皆如画。公园以竹景取胜,满湖荷花别有情趣,让人不禁想起“接天莲叶无穷碧”的诗句,体味到“竹翠舒新绿,风荷递暗香”的意境。

世界文化遗产颐和园兼具北方山川雄浑宏大的气势和江南水乡婉约清丽的风韵,并蓄帝王宫室的富丽堂皇和民间宅居的精巧别致。150米长的十七孔桥,犹如彩虹飞架在碧波万顷的昆明湖上,蔚为壮观;桥栏杆上有500多

个神态各异的石狮子,雕刻极其精美。两层楼高的石舫,船体是巨石雕成,令人拍案叫绝;顶部用砖雕装饰,显得精巧华丽。

奥林匹克公园则显现代化气息。奥运期间,在电视上经常见面,这次零距离接触,一睹芳容,“鸟巢”外观气派大方,活力四射;走进“水立方”仿佛置身于蓝色海洋,身边漾起朵朵浪花。下沉花园让人眼睛一亮,树阵、竹林、喷泉、水池、镂空瓦墙、立瓦地面,构成一幅优美的中国画卷;鼓楼、钟鼓楼、琴幕、排箫、雕塑组成东方礼乐优美剧情,充分展示了中国历

史与现代的文化遗产。

雄伟庄严的天安门广场,是中外游客必到之处。我们上世纪曾来过,老伴是60年代初以运动员身份来京比赛,在此留影,那时广场人不算多;我是90年代末随劳模团国庆进京观光,游览天安门城楼后,在广场上拍照留念,简直是人山人海。这次我们照了张合影,毕竟已近古稀,人老了许多;背景古老的天安门城楼依然美丽,更具青春活力。

在北京自由行短短一周,又留下一段美好的回忆……

(洪怀义)

小贴士

夏季出游如何预防中暑

夏季气温高,排汗多,旅游最易发生中暑。一旦发生中暑,应将病人抬到阴凉通风处躺下,如果病人昏倒也不要惊慌,让其侧卧,保持呼吸道通畅,立即拨打当地的急救电话,等待救援人员赶到。

夏季旅游时预防中暑,可注意以下几点:

1.早晨出发。早晨相对凉爽,而中午至下午2时阳光最强时,尽量不要呆在户外,应在阴凉处休息,下午三四点钟以后再活动。

2.着浅色织物。白色、浅色衣服吸热慢,散热快,穿着凉爽;少穿化纤品类服装,以免大量出汗时不能及时散热。

3.多补充水分。应少量多次,每次以100毫升至150毫升为宜,间隔时间为半个小时,可适当喝些盐开水,补充盐分。

4.做好防晒。戴遮阳帽减少阳光辐射。

5.备防暑药物。外出旅游时带些人丹、风油精等。

3280元就能乘空调专列玩遍大西北?

9月12日南京出发,观青海湖,走丝绸之路



大西北自然资源丰富,是国家西部开发的重点工程,也是中原丝绸之路的起点,文物古迹众多,这一地区是中国寻古问今的好去处。

与市场上目前存在的大部分西北线路不同的是,南京海外·原野国际旅行社最新发布的“银川-敦煌-乌鲁木齐-吐鲁番-青海专列12日游”线路,除了常规的丝绸之路中所含的著名景点外,还将青海湖、银川纳入行程中,让游客欣赏更完整的西北风景,体验人生难忘的旅游经历,意义非凡。

据南京海外·原野国际旅行社的负责人王总介绍:相对市场上存在的大部分飞机线路而言,选择空调专列性价比更高,节省了几千元的花费,仅要3280元

。而相对绿皮车而言,空调专列在舒适程度上提高了很多。此次线路在游览节奏上根据老年人的身体状况进行了合理安排,让老年朋友深入游玩。在安全方面,为老年朋友赠送旅行社责任险跟旅游意外险双份保险,以及为老年朋友安排全程优秀导游陪同,提供贴心服务,最重要的是为老年朋友安排了随行的全程保健医生,一路玩得安心,放心。还特别为老年朋友准备贴心小礼物,赠送一张集体合影作为纪念。

此线路为纯中老年团,一路上有千名年纪相仿的老年朋友相伴,可以跟更多志同道合、爱旅游的老年朋友进行交流。欣赏人生中难忘的西北美景的同时,还能结交更多的朋友,可谓人生一大乐事。



友情提示

环球缤纷嘉年华营业时间调整

炎炎夏日,嘉年华推出了最美夜公园,南京市民又多了一个纳凉的好去处。在欣赏精彩舞台表演时还可以体验各种刺激有趣的娱乐设施。

自2012年08月01日起环球缤纷嘉年华营业时间调整为:节假日营业时间10:00-22:00;工作日营业时间15:00-22:00。

运用高科技特效手段 演绎沙漠传奇故事

沙家浜风景区 再推大型实景剧

Shajiabang Travel

芦荡烽火

8月5日隆重上演

重庆印象·武隆

★三大世界自然遗产 ★三大国家5A级旅游景区

武隆营销中心南京办事处: 68517815 / 68517818(传真)



- ★ 重庆、武隆、天坑、仙女山、芙蓉洞、大足双卧七日游 **2130元/人** 天天发班
- ★ 重庆、武隆、天坑、仙女山、芙蓉洞、双飞四日游 **2990元/人** 天天发班
- ★ 重庆、武隆、大足石刻、新三峡单飞单动五日游 **3080元/人** 每周三、六发班
- ★ 重庆、武隆、天坑、仙女山、芙蓉洞、大足石刻双飞五日游 **3280元/人** 天天发班
- ★ 重庆、武隆、天坑、仙女山、芙蓉洞、三峡游船单飞单动六日游 **3390元/人** 天天发班