在中华药都 感受养生探秘之旅

亳州之行，我在出发前便充满了期待，它不仅是国家历史文化名城，还是中国大陆最大的中草药集散地。

从小便爱看三国，所以最中意的景点当属曹操公园，亳州魏武祠便坐落于此。一直对曹操这个历史人物有好感，在这里，我看到了一个真实的曹操。

学习养生是此行的最大主题。华祖庵景区内建筑古朴典雅，古药园药圃流香，凝聚了中医药文化的精髓。亳州中药材市场，是国内规模最大的中药材专业交易市场，拥有1000家中药材经营店面。价格便宜、品种齐全，若是懂得中药调理之道，来这里逛逛，定不会空手而归。

到了“药都”，品尝药膳是一定要做的事情。据传说，亳州药膳传自三国时期的名医华佗之手。亳州人对药膳一直情有独钟，大大小小的酒店餐馆，都能拿出一两道颇为得意的药膳。神奇的是，这里的药膳不仅养生，味道也是令人称绝。据介绍，名菜“曹操鸡”，一道菜里便用了天麻、杜仲等18种中药材配料，再经过涂蜜、油炸等多道工序，才算完成。若你也是个对养生感兴趣的“吃货”，不妨来这里品药膳，为健康加分！ 张咏/文

链接

特价线路：纯玩亳州魏武祠、地下古运道、花戏楼、药王华佗故里、国内最大的养生中药材交易中心空调汽车二日（含自助早餐）免费品尝养生花草茶，免费习练华佗五禽戏，免费观看精彩演出，268元/人，10月18日发班

线路提供：南京天乐国际旅游有限公司

初到澳大利亚 不妨深度游走双城

纯净的空气，舒缓的生活节奏，友好的人们，既有人文景观，也有自然景观……澳大利亚是很适合中老年人出游的目的地。如果你是初访澳大利亚的中老年游客，澳洲双城深度游是最适合的旅行安排了。

近日，江苏中旅推出了一条澳洲7天双城——悉尼、墨尔本两地的深度游玩行程，免除了多个城市间辗转的舟车劳顿，对悉尼、墨尔本两个澳洲最具有代表性的城市深入了解，这条线路极适合初次到访澳大利亚的中老年游客。此次行程中还有一个特别安排，就是前往当地的老年社区活动中心参观和交流，深度体验澳大利亚当地文化。

在悉尼，除了皇家植物园、海德公园、大教堂、外观悉尼歌剧院，悉尼的行程亮点蓝山国家公园和游船项目。到蓝山国家公园深呼吸，乘坐世界上独一无二的近90度陡坡平行缆车进入蓝山深处，漫行于热带雨林中。最后乘上SKYWAY缆车横越原始山谷和眩目瀑布，通往享誉世界的三姐妹峰。墨尔本是一座公认的花园般的美丽城市，来到墨尔本，最值得期待的事情是体验享誉世界的澳洲奇景——大洋路，沿路尽享澳洲辽阔农场美景。这里展现在您眼前的是经过几百万年风化和海水侵蚀而形成的12座巨型断壁岩石。

推荐路线：澳大利亚双城7日游，10月29日，11月3日、14日发班，14999元/人

线路提供：江苏中旅旅行社

乐游会 025-58598151

现代快报乐游会
报名电话：025-58598151

1580元
11月邂逅韩国首尔

国庆假期已经结束，是时候计划一下11月的旅行了！仅需一千五百多元的韩国之旅，你是否已经动心了呢？

从连云港出发，乘坐游轮，吹着海风，眺望着海景，不觉已抵达韩国。清溪川广场稍作休憩，好不惬意。这里是耗资3900亿元的净水工程，将原有的污流变成生态溪流，已成为市民舒适的休憩空间。之后来到被韩国电影海报、电视剧剧照、明星靓照所簇拥的韩流馆，让您仿佛置身于韩剧的天堂。

在韩国，南山韩屋村更是不容错过，在此您可回朔到朝鲜时代风貌，了解当年韩国人生活文化状况，并可欣赏到室外拍古装剧的场景；在这里，学习制作大长今泡菜、品尝高丽人参制成的人参牛奶、穿上传统韩服拍照留念，体会韩国传统文化的魅力。

到韩国，若不去购物定是种遗憾。我们将去韩国最大的百货公司——乐天百货店、新罗免税店、东大门、韩国土特产商店，定会让您满载而归。

线路详情：紫玉兰游轮韩国首尔7日游
发班日期：11月10日、17日、24日
市场价：1700元/人
会员价：1580元/人
线路提供：南京海外

3500元
八天环游宝岛台湾

用8天时间，充分领略宝岛台湾的魅力风光与风土人情。一次畅游台北、台南、高雄、花莲……日月潭、阿里山、垦丁……也通通不会错过！

东似日轮西似月钩的日月潭风景区，它的美丽让游人流连忘返。游客还可搭乘游船游湖及参观邵族文化村欣赏邵族歌舞表演。溪头公园风景区，首要参观园区是著名的大学池，景致秀丽飘逸令人陶醉，偶而薄雾飘渺，更如梦境一般，是许多青年定情之地，亦平添几许浪漫风情。

台北101摩天大楼，是世界最高大楼之一。融合东方古典文化及台湾本土特色，造型宛若劲竹，节节高升、柔韧有余。另外运用高科技材质及创意照明，以透明、清晰营造视觉穿透效果。游客可在此游览，到景观台一览台北的美丽。如想购物、品尝当地小吃，还可去免税店、士林夜市转转。

线路详情：台湾环岛8日
发班日期：11月14日、21日、26日
市场价：3700元/人
会员价：3500元/人
线路提供：国旅