

仅剩少量名额,赶快拨打84783561报名  
**4月23日,第二届中医文化养生行启动**  
 ■游白云岩峡谷瀑布 ■赏非物质文化遗产青瓷宝剑 ■品道地中药灵芝石斛



美丽的金观音庄园

4月,你有出行计划吗?如果没有或者还在纠结要去哪里,那快来报名,参加现代快报中医粉丝会第二届中医文化养生行。4月23日,我们一起“中华灵芝第一乡”浙江龙泉,游白云岩峡谷、瀑布 赏非物质文化遗产青瓷、宝剑 品道地中药灵芝、石斛……这可是为爱好养生的读者们量身定制的“中医文化养生”之旅,行程和路线可是参加旅行社很难找到的哦。

还记得去年4月的寿仙谷之行吗?四十位读者驱车前往宁静优美的江南古村落,在袅袅药香中感受中医之美、品味养生之趣,从胡庆余堂的养生药膳到中药基地的有机餐,每一站活动都让大家交口称赞。如果你错过了去年的活动,那这次龙泉之行一定不要错过。因为第二届养生行我们将前往浙江龙泉,这里不仅是“中华灵芝第一乡”,还是著名的青瓷之都,宝剑之邦,而位于龙泉市西北郊的白云岩风景区更是以森林、飞瀑、绝壁、田园风光、千年古居闻名全国,落差高达百余米的白云瀑,一泻千里、千姿百态、令人叹为观止……



金观音庄园品茶、赏析茶文化



白云岩风景区

**行程亮点**

**到龙泉近距离接触非物质文化遗产青瓷**

“中华古文化,龙泉得其二。瓷剑兼文武,龙泉皆有之。”这是金庸对龙泉的评价。除了灵芝,浙江龙泉还因出产宝剑和青瓷而闻名遐迩。每年都有络绎不绝的人因青瓷、宝剑慕名而来。联合国教科文组织已将龙泉青瓷正式列入非遗名录,龙泉青瓷也成为全球第一个人选“非遗”的陶瓷类项目,受到世人瞩目。千百年来,龙泉青瓷沿着海上丝绸之路传播到日本、朝鲜、东南亚、非洲和欧洲等地,与丝绸并重,成为中国古文化的象征,迄今,包括伦敦大英博物馆在内,世界上很多国家的著名博物馆都将收藏的龙泉青瓷视为珍宝。如果你也爱好传统文化,龙泉你一定要来。

除了青瓷,龙泉的宝剑也是誉满全国。龙泉宝剑是我国十大名剑之一,也是中外闻名的民间艺术品,距今已有2600多年的历史。19世纪晚期,枪炮代替刀剑,宝剑成为武术器具、道教法器、舞台道具及观赏工艺品。由于龙泉剑形、质

兼优,广为武术爱好者和艺术鉴赏家青睐,龙泉铸剑业代有名匠,久传不衰。2006年5月20日,龙泉宝剑锻制技艺经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗产名录。关于龙泉宝剑,历史上还留下了不少传说和典故,如果能亲临当地,看到历史留下的点滴痕迹,也是别有一番风味。

**去白云岩景区赏峡谷瀑布奇观**

龙泉是个旅游胜地,有深沉的历史文化可供解读,也有如画的自然景观可供欣赏。其中,最著名的莫过于白云岩景区。该景区位于龙泉市西北郊下樟村,属于纯山水自然景观。白云岩虽然没有龙泉山体那么高,可是森林、瀑布、峡谷却也十分秀丽,且胜在阶梯比较平缓,非常适合想找清静山林休闲散步的人。从景区上空俯瞰,白云岩景区如同一个口袋,周围高山,中为谷地,岩樟溪和白水沟在这里汇合,从袋口涌向市区的龙泉大溪。喜爱自然风光的你,这里一定不会让你失望。

**到“中华灵芝第一乡”灵芝石斛基地参观采摘**

对灵芝稍有了解的人都知道,我国野生灵芝主产于浙江及江西。上世纪90年代,国家介入灵芝产地调研。无论从野生灵芝还是从菌种保藏、段木灵芝栽培环境、质地、技术成熟度和持续发展能力等,龙泉灵芝都名列全国前茅。1996年,国务院发展研究中心授予龙泉“中华灵芝第一乡”称号,龙泉灵芝也因此入选《中华之最荣誉大典》。2010年,龙泉灵芝被国家质检总局列入国家地理标志产品保护。

龙泉属亚热带季风气候,其得天独厚的自然环境正好满足了灵芝对生长环境的要求——喜光、喜热、喜湿。所以这里产的灵芝朵大肉厚、质地致密、孢子饱满。你想见识下灵芝、铁皮石斛的生长环境吗?你想亲自采摘这些药材吗?我们带大家前往灵芝石斛的种植基地,实地参观、采摘。如果你想挑选优质的灵芝、石斛,学习科学的食用方式,现场还有专业人员帮你答疑解惑。

**吃住 入驻休闲度假村 品尝特色“茶叶”菜**

到达龙泉后,我们将入驻“高大上”的金观音庄园,这在当地非常有名。我们的午饭、晚餐都将在此享用,工作人员将准备当地的特色菜,里面会有用茶叶制作的特色菜哦,比如茶香排骨、金观音饼。

**品茶 春季绿茶品质最优 住在茶庄品茶采茶**

据史载龙泉在三国时即已产茶。原来每年二至五月是名优绿茶生产期。这里最出名的莫过于龙泉金观音系列的红茶、绿茶、青茶。现在正是茶叶采制的季节,到了茶庄,你还可以亲自下茶园采摘。如果要了解不同的茶文化,现场还有专业人员帮你介绍。当然,休闲地品一壶美茶也必不可少。龙泉金观音,馥郁鲜爽,浓醇清活,生津回甘,虽浓饮却不见苦涩;活色生香,沁人心脾,胜似兰花郁香而深沉持久。所以爱茶的你,一定别错过。



**特别回馈**

**报名就回赠养生大枣**

中医认为,“多甘少酸”是春天的饮食原则,而在甘味食物中,以大枣是上佳食品。为了回馈养生游的读者,中医粉丝会特别准备了一批优质的新疆大枣,大家在报名的时候可以向工作人员登记领取。

**报名详情**

**活动费用**

活动费用498元/人(此次行程安排的住宿、餐饮标准均高于常规旅游,含景点门票、旅游保险等在内的正常价格为1288元/人,适逢2015年全国肿瘤防治宣传周来临,由快报补贴每位读者近800元,因此读者实际每人只需支付约500元)。

**行程抢先看 行程共两天(4月23日、24日)**

**4月23日行程安排**

6:00—12:30	南京—龙泉(坐大巴)
12:40—14:30	午餐
15:30—16:30	游览纯山水自然景观——白云岩风景区
16:40—17:40	前往石斛及灵芝种植基地参观、采摘
17:50—19:00	度假村休息及晚餐
19:00—20:30	前往金观音庄园品茶、赏析茶文化,现场还有抽奖活动、有趣低价拍卖活动、当地特产选购。

**4月24日行程安排**

7:00—8:00	早餐
8:00—9:00	参观非物质文化遗产——龙泉青瓷博物馆
9:30—11:00	参观龙泉宝剑厂
11:30—12:30	午餐(午餐过后在金观音庄园品茶休闲)
14:30	返程

**温馨提醒**

和去年一样,今年大巴的座位顺序将以缴费的前后顺序为准。

**报名电话**

025-84783589、84783561 (9:00—11:30、14:00—18:00)

**交费地址**

南京市洪武北路55号置地广场现代快报社1815室(南京文化艺术

**中心旁)**

**公交线路**

2、26、30、46路至青石街站下,68、29、5、27、60路至长江路站下。地铁1、2号线至新街口站下,7号出口步行至置地广场。

**特别提醒:** 全程不安排任何强制消费和推销。



石斛及灵芝种植基地