

又是一年滑雪时

又到滑雪季,市内众多滑雪爱好者早已抑制不住激动的心情,摩拳擦掌,跃跃欲试,要到雪地上撒点野;诸多滑雪场也早已整装待客了,纷纷在各大媒体亮出了自己的优质设施、精良装备和精彩活动。

冬天,让我们一起去滑雪——

元旦假日滑雪行 欢乐相约老界岭

滑雪直通车继续开行

12月26日,伴随着阵阵礼炮声和震耳锣鼓声,河南户外(南阳老界岭)第三届滑雪节暨老界岭滑雪场开滑仪式隆重开幕。

河南省体育局、南阳市体育局、西峡县政府、西峡县旅游局联合承办本次滑雪节,有来自全省各地市20余家媒体和500余名户外滑雪爱好者参加,活动期间举办的“圣诞狂欢夜”篝火晚会和“滑雪表演”大赛,盛况空前。

自18日开滑至今,老界岭滑雪场共接待省内外游客8000余人,从吃、住、行、游、购、娱等方面得到游客



的一致好评,随着元旦临近,雪场已做好充分、周密安排,四条标准滑道已全部铺满积雪,满足不同层次和不同滑雪水平爱好者的需求,我们将以优质服务和大众化消费迎接元旦客流高峰,让您到这里释放您的热情,燃烧您的激情,活出精彩而又本色的自己……在这里度过一个非同寻常的节日。

代售老界岭滑雪场优惠套票,行车路线:洛阳→庙子→太平镇→老界岭滑雪场。

景区电话: 0377-69911888
自驾车热线: 69320222

滑雪初学者

着装步骤及基本要领

第一步:挑选雪服。

在挑选雪服时通常以以下三点为标准:保暖、轻便、颜色鲜艳,忌用金黄色等与雪场颜色相似的色彩。

第二步:选择雪鞋。

一般和自己平时穿的鞋码一致或大一号为佳。穿雪鞋时,先将鞋子的夹子及加固全部松开,撑开鞋口,脚尖伸进鞋内,用力踩地,使脚跟及脚底与鞋底吻合,然后从鞋背依次扣夹子、加固,根据个人脚部舒适度调整松紧。

第三步:挑选雪板。

一般情况是根据个人的身高挑选的,先将雪板于身体垂直,板尖最好在嘴和下腰之间,调好装备进入雪场。

第四步:做热身运动。

热身运动的主要目的是把韧带拉开及身体各部位关节活动开,这样运动时不易扭伤,从头依次往下做。

第五步:穿雪板。

先将雪板平行放于雪坡,将固定器压下,看板底是否有余雪,然后用雪杖帮忙将雪清除,雪鞋前端对准固定器,后脚跟对准固定器的凹槽,使劲向下踩,听到“咔嚓”一声,然后抬脚,如果没有脱落,就表示穿戴成功。

滑雪基本姿势及要领

双板平行,与肩同宽,重心向前,含胸,收复,提臀,小腿靠在鞋的前沿上,手握住雪杖的握柄,自然弯曲放在身体两侧目视前方。

滑雪减速,最常见的是犁式制动,也就是平时所说的刹车,在双板保持平行的基础上,脚后跟用力往板的两侧蹬,板尖保持在一拳距离成“A”字形。板尾打开得越大,刹车刹得越稳。

登雪坡,最常见的有两种方法。一是乘坐雪场两侧的提升工具魔毯、拖牵;二是侧式登坡,双板平行横于雪坡,腿微向坡方倾斜,用板刀挂雪,一点点地向雪坡上方移动,登到适合自己的高度时,用雪杖支撑身体重心,把板尖移向雪坡下方,成刹车状态,即可开始滑雪。

初次滑雪一定要选择适合自己的场地,一般都先从平地开始,根据自己的情况、技术选择场地。

(伏牛山滑雪场提供)

本版统筹:罗兴涛 15896695420

滑雪度新年 全家去撒欢



一年将尽,疲惫的身心也该得到片刻休息,何不趁着三天长假,带上家人到雪地上去撒欢。

惊,特技在雪中飞翔

单人单板跳台滑雪、“蛇”形滑雪、多人单板交叉大回转等项目高潮迭起,博得了观众的阵阵掌声。“特技表演太精彩了,自己也忍不住想去展示一下。”一位游客说,“以前我们都要到黑龙江去滑雪,这两年不用出远门就能痛快地滑雪了。伏牛山的自然资源优越,雪质很好,我们经常过来,除了滑雪外,雪地摩托、雪上飞碟等项目也很刺激!哈哈……”

看,激情在雪地释放

冬日伏牛山格外热闹。初级雪道是笑声最酣畅的地方——新手如履薄冰,越是摔跤越是开怀大笑;中、高级雪道最吸引眼球——高手如云,鹰一般俯冲、飞越,一个潇洒的回旋,雪花激荡,如烟似雾。

越来越多的游客迷上了滑雪运动,刚刚从雪地上爬起来张先生兴奋地说:“我第一次来滑雪,第一次有了飞的感觉,太棒了!”据悉,伏牛山滑雪场开业以来,每逢周末这里便成为滑雪爱好者的乐园,许多游客专程到此练习滑雪,其中不乏外省游客。

细,贴心关怀保安全

伏牛山滑雪场对游客安全尤为重视,最近全面改造了雪场的安全防护系统,建成了安全的海绵防护栏,8000米防护网全部更新,并且将防护立柱由直柱改为弯柱,将雪地救护人员增加了一倍,而且广播在播放音乐的同时,还不间断播放滑雪注意事项,确保安全。

游客可到市内各大旅行社报名 电话:66644888 13523622422

家门口的滑雪天堂

嵩山滑雪场,三出大戏迎新年

一小时直达快乐巅峰

元旦假期就要到了,滑雪无疑是最好、最时尚的度假方式。去嵩山滑雪场吧,它是离洛阳最近、交通条件最好、可在最短时间内到达的阳光滑雪场,既能享受到滑雪的刺激和乐趣,还能避免路途的遥远跋涉。

疯狂雪会 好雪等您来

您是不是对雪情有独钟?您是不是对堆雪人、打雪仗这种儿时常玩的游戏充满了怀念?甭急!嵩山滑雪场专门为好雪者开辟了“疯狂雪会”,不分白天黑夜,滑雪、堆雪人、打雪仗、滚雪球……不用去东北,在家门口一样过足“雪瘾”。

开心自驾 快捷又安全

一直以来,嵩山滑雪场一直是车友自驾滑雪的首选,离洛阳近、路况好,郑少高速1小时直达,方便又快捷,得到众多有车族的关注和追捧,每逢周末,自驾去滑雪的队伍都会排起长龙。

激情夜滑 浪漫刺激

为尽可能地满足游客的滑雪要求,嵩山滑雪场元旦期间继续推出超值夜场滑雪,便利的交通,良好的路况足以保证自驾车的安全。专为冬季夜场配备的五彩激光灯,更为夜场滑雪增加炫丽舞台效果!

雪场咨询:0371-65271666、66236198

自驾路线:洛阳→郑少洛高速→登封东→嵩山滑雪场



洛阳青旅 河南省首批★★★★级旅行社 WWW.96100.net

昆明大理丽江 品质特惠7日1650元	品质新马泰10天 3980元
海南大环岛 品质7日2300元	欧洲6国12天 9980元
华东5市+水乡 双卧7日1000元	全景澳洲12天 13800元
厦门武夷山 双卧6日1620元	老界岭 滑雪1日188元 2日368元 售自驾车滑雪优惠套票 每周六发团元旦期间天天发
桂林冠岩四星品质5日1300元	
海南品质双飞5日1680元	
香港、澳门 5日品质安心游1580元	市话收费 (不占线) 9600169
63305111 63305799	地址:金谷园路 72号 滨江大厦