

伏牛山滑雪乐园开园啦

雪道更开阔 滑雪更畅快 娱乐设备更先进

据了解,栾川伏牛山滑雪乐园已做好一切准备,于12月18日正式开滑。这一消息给滑雪爱好者带来了极大的福音。伏牛山滑雪乐园是省内规模最大、设施最齐全、安全系数最高、全覆盖人群的滑雪娱乐综合场所,近年,滑雪运动作为广大市民和旅游者喜爱的冬季体育运动项目,正逐步成为市民健身的新亮点,旅游体验的新热点。由于集健身、运动和时尚等特色,人们对滑雪运动倾注了前所未有的热情,据伏牛山度假乐园统计显示,去年,赴景区滑雪人数达数十万人次。由于无法抵御滑雪的诱惑,今年11月过后便有热心的滑雪爱好者驱车数百公里到景区打探。

景区总经理王晓虎向记者介绍:“从今年起,伏牛山滑雪旅游节已经成为洛阳市四大旅游节庆之一,升级为洛阳市冬季旅游主打项目,同时也是河南省冬季旅游主推项目。高起点意味高档次、高规格,我们从秋季开始改造,累计投入1.2亿巨资改版升级,目前最大的亮点就是雪道更开阔、滑雪更畅快、娱乐设备更先进!相信将会给大家带来更爽的感受,更多的惊喜!”

据悉,本届伏牛山旅游滑雪节将举办主题冰雪活动、冬季旅游活动等13项活动。其中包括河南省大众高山滑雪赛、“雪中飞”中原滑雪特技表演赛、“冰之心”中国洛阳伏牛山冰灯冰雕展、栾川老君山冰雪摄影大赛等。

自12月18日开始,伏牛山滑雪度假乐园正式开滑,市民可打0379-66644888咨询报名。

市区滑雪直通车:涧西64876633 火车站63627331
西工63633636 道南路65260509

(本刊记者 张慧涛)



蓮花溫泉 Lotus Hot Spring

南召莲花温泉水城2010“缤纷圣诞 情定温泉”圣诞套餐为您倾情开启,给您带来别样的惊喜和享受!超值内容,一票独享,让您度过一个终生难忘的圣诞佳节!

1.浪漫旅——乐泡温泉

四季海浪浴场、七大主题养生汤区、128个温泉池温暖绽放,体验温泉池中过圣诞的曼妙感受,雪中沐温泉的极致浪漫。

2.格调夜——冷餐酒会

圣诞自助冷餐酒会,畅享饕餮之夜,更有圣诞老人现场派发精美礼品,让您惊喜不断。

3.欢乐汇——假面PARTY

精彩的文艺演出邀您一同狂欢。奇幻的魔术表演、激情的互动热舞、惊喜频频的连环抽奖,让您尽情体味圣诞之夜的欢乐与激情。

4.热力嗨——欢乐K歌

狂欢夜,嗨翻天。用歌喉点燃激情,释放欢乐无限。莲花温泉圣诞套票238元,包含内容:莲花温泉体验(价值168元)+自助冷餐酒会(价值99元)+圣诞欢乐派对+免费抽奖

活动时间:12月24日、12月25日

咨询热线:0377-66666666

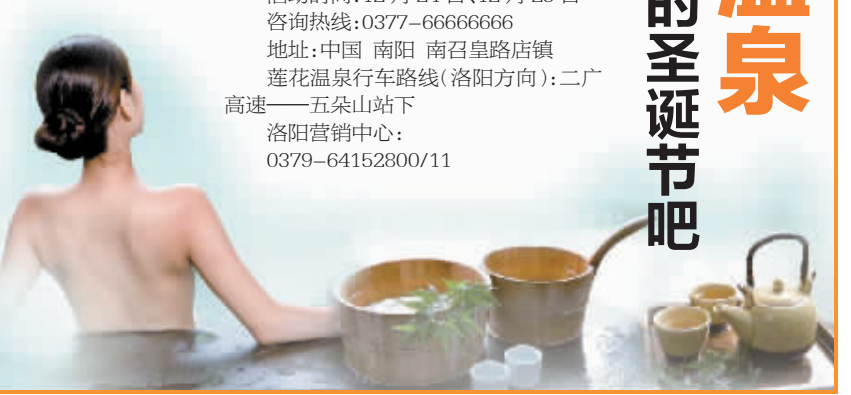
地址:中国 南阳 南召皇路店镇

莲花温泉行车路线(洛阳方向):二广

高速——五朵山下

洛阳营销中心:

0379-64152800/11



缤纷圣诞 情定温泉

到莲花温泉过一个与众不同的圣诞节吧

泡温泉要注意什么

有资料表明,温泉热浴不仅可使肌肉、关节松弛,消除疲劳,还可扩张血管,促进血液循环,加速人体新陈代谢。此外,大多数温泉中都含有丰富的化学物质,对人体有一定的帮助。比如,温泉中的碳酸钙对改善体质、恢复体力有相当的作用;温泉所含丰富的钙、钾、氡等成分对调整心脑血管疾病,治疗糖尿病、痛风、神经痛、关节炎等均有一定效果;硫磺泉则可软化角质,含钠元素的碳酸水有漂白软化肌肤的效果。

尽管泡温泉对健康有种种好处,但不是人人都适用。专家提醒,高血压、心脏病患者,在规则服药的前提下,可以泡温泉,但每次最好不要超过20分钟,起身时应谨慎缓慢,以防因血管扩张、血压下降导

致头昏眼花而跌倒。温泉所含的硫磺及其他酸碱物质可以消炎杀菌,对一般感染性或寄生性皮肤病很有疗效,但有时也会刺激皮肤使伤口恶化,甚至导致“温泉性皮肤病”,因此部分皮肤病患者不宜泡温泉。

泡温泉看似简单,但也并非人人都懂得怎样科学地泡。泡温泉时,应该尽量合上双眼,以冥想的心情,缓缓地深呼吸数次,才能真正达到释放身心压力的目的。而且,泡温泉不要从水温太烫的池开始,要从水温较温和的池水开始浸泡;在较烫的池水中浸泡一次不要超过10分钟,要及时让身体上胸露出水面或离水歇息;在过胸的水位浸泡一次也不要超过10分钟,要与较温和的池水及时交替浸泡或身体及时

露出水面歇息后再浸泡。温泉温度高,浸泡后会有出汗、口干、胸闷等不适感,这是血液循环过快的正常反应。此时调换凉水浸泡或上水静养一会儿,并多喝水即可舒缓。

此外,专家提醒,患有心脏病、高血压者应约伴一同浸泡,如有不适应立即上水静养;饥饿时不可浸泡,因空腹易致疲劳,须饭后小睡或稍事休息再行浸泡;酒后须熟睡养息后才能浸泡,否则沐浴刺激血行,致使体力消耗殆尽,恐生意外;长途跋涉疲劳过度,不可骤然入温泉,须稍做休息,待体力恢复后再行浸泡;泡温泉后,人体水分迅速蒸发,要记得及时喝水补充。



滑雪、泡温泉报名开始了

《洛阳晚报》休闲版读者互动QQ群建立以来,目前已建11群,人数2500人左右,先后举办了“你开车我加油”千车自驾畅游老君山、伏牛山滑雪乐园、皇城相府、珏山、八里沟等旅游活动,美丽汇美女免费体验圣荷丰胸、李雪祛斑、韩影官瘦身等美容活动,馋猫美食大聚会等各类休闲活动。

旅游行天下群:自驾游、驴友、AA拼团旅游等,各个景区不定期发放各种免费券,可免费旅游。

现出行天下俱乐部冬季滑雪、泡温泉召集令,今冬,有意去滑雪、泡温泉的读者,即日起就可报名参加。

报名电话:0379-63217562
洛报旅游QQ群:55049785
滑雪、温泉景区报名咨询电话:13333795118

冬季到尧山去赏雪

尧山的冬季,美在雪与尧山的松、石、云、瀑巧妙而完美的结合。雪后的尧山,增添了无限的风采,灰蒙蒙的山变成了白皑皑银色的世界。松树上的一蓬蓬松枝,托起了团团白雪,形成千姿万态的雪凇,如花篮,像珊瑚……



云海是冬游尧山的一大奇观,如果你不想攀登山路,也可以乘坐既安全又舒适的尧山索道,在空中以全新视角鸟瞰冬季尧山全貌。

据了解,去尧山去赏雪,不仅能欣赏到美丽的雪景,而且可以拜世界第一大

佛——高达208米的中原大佛,祈福求财,佑护平安;还可撞世界第一大钟——重达116吨的天瑞吉祥钟,声声显灵;还可享受最爽的天然温泉——鲁山百里温泉带,任意挑选。

(广闻)

康辉旅游 高品质10日 3580元

台湾跨年直航环岛8日游

2010年1月31日(年二十八)、2011年2月1日(年二十九)、2月2日(年三十)、2月3日(年初一)、2月4日(年初二)

请至少提前25个工作日办理相关手续 7380元~8880元

泰新马 高品质10日 3580元

港澳全品(含海+迪) 双飞5日 2580元

昆明、大理、丽江 品质双飞7日 2500元

海南三亚 诚信品质双飞5日游 2250元

鄱陵花都温泉自驾游1日80元 2日(含住宿)188元

辛集皮革城直通车1日游(每周六发)送精美礼品一份 68元

总部电话:63935000 63935001 63939378 63939379

总部地址:洛阳市西工区中州路国际融大酒店15楼(王府井百货对面)