

# 豫西大峡谷:绿色美食引领端午养生风情游



粽叶飘香端午至,健康养生伴您行。中原养生科研基地豫西大峡谷将带您领略一场美景做媒、美食领舞的峡谷养生风情之旅。

**看美景诱惑:**大大小小 99 级瀑布和 300 多个潭池装点峡谷盛景无双。

**玩漂流激情:**在波涛间穿行,在浪花中飞舞,在跌宕起伏中尽享中原第一勇士漂的魅力!

**采艾蒿 吃香粽:**在遍布数百种中草药的峡谷中采艾蒿净化空气,沐浴爽

身。在农家院中,品尝纯手工营养香粽,感受节日氛围。

**食养生膳:**以五谷为基,以草药入膳,以绿色时蔬为原料,吃出健康的艺术来。

**品养生茶、养生酒:**陈年酒中草药香,药花香在茶碗中,饮之延年益寿!

热线:400 659 3939

(0398)7107999

路线:洛阳西南绕城高速——高新区宜阳出口下——323 省道——卢氏官道口镇

## 自驾游出行锦囊

**全面检测车辆** 出发前一定要对车辆进行检查,包括对发动机、底盘、刹车、冷却液液面、蓄电池电解液面和比重、轮胎气压及胎面、照明系统、玻璃水和喷水泵、雨刮片等进行仔细检测维修。除了部分出行经验丰富的车主可以提前 DIY 外,建议大多数车主最好在出行前专门到保养维修店去,将你的需要告诉维修师傅,他们会按照经验为你做维护。

**车辆必备** 补胎工具、便携式打气泵、电线、机油、胶布、拖车绳、千斤顶、灭火器、医用急救包等都应该成为应急工具箱中不可或缺的一部分。如若在汽车陷入泥沼或出现故障时,又找不到专业拖车的特殊情况下,拖车绳就可能成为车主走出困境的“救命稻草”,因为同行的车或路过的车要帮忙拉一把的前提是必须有拖车绳。

此外,对 GPS 导航、地图的需求虽说因人而异,但同样是有备无患,特别是行走在较为偏僻的山区,它们将是最好的“帮手”。

**私人装备** 饮用水、食品、衣服、火柴、雨衣、刀具及常用药品如感冒药、肠胃药等,还有手机充电器、牙膏、毛巾……这些私人装备可视出行线路的长短而自行决定,但在车况允许的情况下,只有多多益善,才能有备无患。当然,包括身份证、驾驶证、行驶证、购置税证、车船使用税证、边防证(边境地区)、车辆的保险卡等各种证件是万万不能忽略的。

**贴心提示:**要记得备足零钞,自驾出行,过路费、过桥费等杂费都是随时随地要缴纳的。(爱游)

## 翠竹绝瀑 休闲寨沟

### 端午节探秘清凉世界

“粽子香,香厨房;艾叶香,香满堂……”麦子黄,端午到,随着夏日到来,以密林飞瀑为特色的栾川寨沟景区,格外清凉,已成为中原游客旅游度假之首选地。

寨沟又称北方小九寨,由登天峡、洞天河、腾龙峪三大分景区组成,构成绝佳二日游胜地。寨沟保持了很好的原始美,绝少人工雕凿,原始森林密,天然竹林幽,飞瀑惊天地,是中原最佳原生态景

区。寨沟共有大小瀑布百十条,堪称“中原第一瀑布群”。洞天瀑一波四折,登天峡六百米高连瀑国内罕见!

寨沟的森林覆盖率达 98% 以上,整个景区,掩映在浓浓的绿阴中,洞天河游线先经幽幽御竹林,再穿千姿百态奇树林,在森林中赏蛙鸣谷、水跳峡、小三峡、文峰瀑、赶石瀑,到古藤园,数百棵千年古藤如龙似凤,千缠万绕。登天峡上,曲径探幽穿越万亩原始森林,百年、千年古

藤古树随处可见,遮天蔽日!

森林密密、竹林幽幽、清溪灿灿、空气清新,北方小九寨——寨沟邀您共享清凉世界!

景区电话:(0379)66838898

景区网址:www.zhaigou.com

旅游热线:龙门国旅 63207535

洛阳康辉 60861808

鑫华国旅 65650620

洛阳中旅 65181859

## 壮观的美国天然砂岩拱门群

位于美国犹他州南部的拱门国家公园是世界最大最壮观的天然红色砂岩拱门博物馆,这里分布着大大小小的石拱门超过 2000 座,面积为 310 平方公里。

坐落于美国犹他州南部的虹桥是世界上最大的天然石拱桥。当地一直以其土著部落而闻名,而这些壮观的砂石构造直到 20 世纪初才被美国的研究者们发现。

(小星)



**洛阳人看 洛阳手机报**

1. 权威、专业、及时、准确,洛阳手机报由洛阳日报报业集团精心打造,采取本地、国内、国际新闻资讯,时尚实用,服务贴心。

2. 洛阳手机报本地新闻资讯内容丰富总量占到了 60% 以上。

**定制方法:**

移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅,3元/月,不收GPRS流量费。

联通用户发送短信712到10655885 订阅,3元/月,不收GPRS流量费。

**洛阳网** www.lyd.com.cn

# 洛阳人看洛阳手机报

权威、专业、及时、准确

- 洛阳手机报由洛阳日报报业集团精心打造,采取本地、国内、国际新闻资讯,时尚实用,服务贴心。
- 洛阳手机报本地新闻资讯内容丰富总量占到了 60% 以上。

● 移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅,3元/月,不收GPRS流量费。

● 联通用户发送短信712到10655885 订阅,3元/月,不收GPRS流量费。