

祝贺龙潭大峡谷景区荣膺国家AAAAA级景区

爸妈开心游龙潭大峡谷活动将举行



龙潭大峡谷

春风送暖,万物复苏,出游的念头已开始萌生。蛰居已久的老人更需要到大自然中去享受一下鸟语花香,偕三五好友,到龙潭大峡谷寻春,零距离感受美景!

龙潭大峡谷景区在获得“世界地质公园”“世界上最美的峡谷”“国家AAAAA级景区”等诸多美称之后,仍不遗余力地专注于打造优质景区,先后投资3.5亿元对景区周边的基础设施进行提升和改造,为游客营造和谐温馨的旅游氛围,于2012年被美国有线电视网(CNN)评选为中国最美四十家景区之一。

4月21日,景区将联合中原国旅旗下的“老顽童”老年旅游俱乐部,在当天推出“爸妈开心游龙潭大峡谷”大型夕阳红踏青游活动。凡参加老年旅游俱乐部出游的60

岁以上的老人将全免门票,现场活动将异彩纷呈,其中的抽奖环节更将有惊喜送出,中奖者将获得免费旅游的机会。

俱乐部举办活动时从老年人的身心健康出发,此次踏青游考虑到老年人不适宜长距离行走,因此在整体费用中还贴心地含了单程电瓶车费用,劳逸结合,赏景休息两不误。

以全新面貌示人的洛阳龙潭大峡谷景区,正以崭新的姿态,等待与您的约会!

此次踏青游含往返空调大巴车费、保险费、导游服务费、单程电瓶车费,仅需78元/人。

地址:涧西区南昌路申泰大厦1104 电话:64617579

地址:牡丹广场涧西区委东200米 电话:64515715

老年人春游 要注意自我保健

老年人相对有较多的闲暇时间,平时应该到大自然中呼吸新鲜空气,好好地享受一下人生,许多老年人选择在春季旅游,但是老年人在体力和身体状况方面均不及年轻人,因此老年人春游要做好自我保健工作。

一是要有所准备。春季乍暖还寒,忽晴忽雨,天气多变,所以要先了解旅游地的天气和气温,带足衣服和避雨用具,以免因受凉或淋雨而致病。

二是要合理选择旅游的地点。老年人可以根据自己的喜好及条件,选择去名胜古迹旅游或去休闲度假地旅游。注意量力而行,不宜进行过分消耗体力的登高爬山或长途旅游。

三是要注意饮食的合理和卫生。旅游时体力消耗较大,要带足食品,要选易带、营养丰富、新鲜卫生的食品,并宜多吃些水果。旅游时免不了在外面用餐,注意不要吃生冷食品和不清洁的食品。

四是要注意安全。老年人外出旅游要有人陪同,不宜单独外出,不要爬高,防止发生意外事故。

五是老年人在春季旅游前宜做一次全面体检,体检合格才能出门旅游。有慢性病的老年人在出门前一定要注意备好应急药物,不可中断对原有疾病的治疗。

另外,老年人在春游中注意做好脚的保健工作,如要穿柔软合脚的鞋,晚上用热水烫脚,并可自我按摩双腿肌肉和脚心,这样能使老年人在旅游中无论行走还是爬山都会感到格外轻快。

(柳富)

住宿 在网上预订更划算

宾馆选不好不仅影响睡眠质量,还会破坏出游心情。尤其是对于多日游的游客,在哪儿住不是一件小事。合理选择住宿,能节省不少时间、体力和花费。

专业人士认为,在网上预订酒店不仅方便,而且价格更划算。“提前订好,就不用担心到时客房紧张,无房可住。而且在网上预订一般要比到店支付便宜。”

据介绍,快捷酒店及三星以下的酒店,在网上预订可便宜10%至

20%,三星级以上的酒店通过旅行社预订可享受更高折扣,部分可便宜50%。“如果碰到团购,省得更多。货比三家时,参考网友评价是比较靠谱的。”

专业人士建议,所选的酒店旅馆要交通方便,最好在旅游景区较为集中的地方,这样不会把宝贵时间浪费在路上。

另外,车站附近的旅馆虽然交通便利,但价格往往比同级别的旅馆的价格高出20%左右,而且环境嘈杂不够安全。(张明)



(资料图片)

全国廉政教育基地 全国红色旅游经典景区

红旗渠风景区

踏青之旅

阳春 春风拂柳 鸟语花香
让我们穿过阴霾 走出围城
背起行囊 走进红旗渠 一同
开启这 踏青之旅

推荐线路:红旗渠、太行屋脊两日游
自驾游线路:连霍高速—京港澳高速—南林高速—林州红旗渠风景区

咨询电话:63232782 景区电话:0372-6811466 13949539476

黄河三峡一绝——野玫瑰正在火热开放

特大喜讯:洛阳年票牡丹文化节期间仅黄河三峡景区可以使用

为回馈洛阳市民四月优惠活动如下

1. 凭年票可直接进去景区参观母亲河
2. 凭年票到旅行社报名78元/人
3. 到各旅行社购买景区优惠票者均可参与补油费活动(各大旅行社均可报名)

快乐自驾游线路

洛阳—坡头—济源—济邵公路—景区
洛阳—二广—济源方向—济运高速邵原方向—王屋站下高速

景区咨询电话:0391-6077888 网址:www.hhsx.com

24小时咨询电话:15138865050 400-0379-234

洛阳市区优惠票代售点 西工区:60690222 谷水区:64516150

河南抱犊寨
Henan Baotiesai Scenic

热烈祝贺

抱犊寨荣膺国家AAAA级旅游景区称号

4月20日 (11:00~12:00)
4月21日 (11:00~12:00) 到达景区的自驾游游客免门票

咨询电话:0379-66628666 66629666 地址:栾川县三川镇