

2013年5月27日 星期一
 旅游周刊主编:徐靖
 责任编辑:王娟 电话:6203145
 版面设计:郑虹 校对:张晗

夏天泡温泉的七大好处

温泉不只是属于冬天的专利

- 1.呵护肌肤**
夏天皮肤干燥,皮肤更容易老化,略高于人体的温度能肌肤的毛孔在极短的时间内迅速张开,排除体内多余的水分、脂肪,通过毛孔吸收温泉里的矿物质元素,更有益于皮肤的健康营养。
- 2.排除毒素**
夏季气候炎热,人体生理进入旺盛阶段,体内产生更多的毒素淤积及油脂。夏天泡温泉更容易出汗,身体的毒素通过毛孔随着汗液排出体外,有助于提高体质和免疫力。这种自然的排毒方法,只有泡温泉能做到,而夏天的排毒效果比其他任何季节都要好。
- 3.瘦身美容**
夏天出汗会排除体内多余的水分,特别脂肪会随着汗液排出体外,达到减肥的效果。
- 4.轻松健身**
夏季轻松的体育锻炼方式就是泡温泉,尤其是冷热交替浸泡神经,浸泡半小时,等于长跑两公里,是最好又最懒的的体育锻炼。
- 5.帮助睡眠**
夏季人容易失眠,泡温泉后更容易进入梦乡,提高睡眠质量。
- 6.驱除疲惫**
夏季天气炎热,人更容易感到疲惫,在热气缭绕的温泉中,舒心活络,放松心情,让滚烫的温泉水将一天的烦闷劳累全部浸掉泡走。
- 7.放松心情**
在闷热的夏天里,一身汗渍的你跳进温度适宜的温泉里,躺在温泉池中,闭上眼睛,感受那汩汩热流不停歇的从身上冒出,全身心放松,享受温泉善意的簇拥。此时,凡尘的喧嚣远离了,都市的压力洗脱了,人的心结也解开了,久违的惬意就浮上心头了。温泉真像是有人说的的那样——是“心的故乡”可以放飞心情,愉悦身心。
(茗汤泉)

国家AAAA级旅游景区 团队天天走 散客周末走

中国·绿林山

好汉故乡 度假天堂

鸳鸯溪4月26日隆重开漂啦!

景区地址:湖北孝山绿林镇 景区网址:www.lulinshan.cn 各大旅行社均可报名 咨询电话:15972681968 赵经理

信阳鄂豫皖革命纪念馆向您推荐

信阳红色旅游景区之 新县红旗飘飘



景品 摄

信阳大河旅行社

爱上宜昌 马上出发

风光何止一轮
乘坐豪华游轮游三峡



568元/人

交运*两坝一峡四日直通车

电话: 6295522 6295533 13462000627

清江天下秀
长阳歌舞乡



598元/人

清江画廊四日直通车

爱上宜昌 诗画三峡

每周五发团

西线齐发, 独家赠送参观三峡世界鲟鱼博览园!

幽峡百里
奇峰三千



668元/人

柴埠溪大峡谷四日直通车

长江三峡最美的地方



668元/人

三峡人家四日直通车

信阳市区、县区各大旅行社均可报名

大别山中第一泉·茗阳汤泉



家庭优惠卡

358元

含豪华标间一间一晚, 温泉票两张, 双人早餐
可免费携带一名1.2米以下儿童(含1.2米)

各区域销售电话

信阳、罗山	黄女士: 18697709717
新县、光山	杨先生: 18697709703
固始	陈女士: 18697709721
潢川、淮滨、息县	余女士: 15939746680
商城	张先生: 18697709719
市外	胡女士: 18697709701

茗阳汤泉国际旅游度假会议中心
Ming Yang Hot Spring International Travel Conference Center (Pascal)

地址: 河南省信阳市新县汤泉池 电话: 0376-7010222
官网: http://www.mylqc.com 传真: 0376-7838008