

2013年12月2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:陈艳 校对:臧华

# 观赏美景 登山健身

## “醉美南湾湖·挑战自我”冬季登山健身活动取得圆满成功

信阳消息(裘品)冬天的南湾湖秋菊、寒梅争奇斗艳,翠竹、古松绿意盎然,正是登山观湖、健体养生的好时节。11月30日上午,南湾湖风景区组织的“醉美南湾湖·挑战自我”冬季登山健身活动取得了圆满成功。

登山竞赛活动分为男子组和女子组,以贤山聚贤祠为起点,途经贤山13个山头。来自全区各单位、部门共200余人踊跃参加了该活动。不到9时,南

湾湖风景区工作人员们就陆续在聚贤祠就位,做好了安全、物质等后勤保障工作,等候奋勇攀登的运动员们前来签到。

比赛开始了,登山运动员们一个个意气风发,一路上欢声笑语。摄影爱好者们举起手中的相机,留下了运动员们矫健的身影、拼搏进取的风姿;留下了古树参天、幽静秀丽的贤山林海;留下了静若处子、碧波荡漾的宽阔湖面。山高人为峰。当干部职工们登上贤山头时,

胜利的喜悦战胜了登山的劳累,山顶上汇集成了欢乐的海洋,歌声、笑声、掌声、欢呼声,伴着山间泥土的芬芳在山谷里久久回荡。活动结束了,他们个个脸上泛起了惬意的微笑,呼吸着新鲜的空气,收获着胜利的喜悦。

据了解,在寒冷的冬季,南湾湖风景区会不定期举办这样的活动,邀请广大游客共同观赏南湾美景,登山健身,体验不一样的乐趣。

### 出游贴士

## 又到冬日滑雪时 让自己滑得更爽的绝招

滑雪让冬天变得美妙诱人。面对雪具大厅里、雪道上、索道边拥挤排队着的人群,我们如何让自己滑得更爽呢?

#### 绝招一:选对日子。

很多滑雪者希望可以省去在雪具大厅里、索道边排长队的时间,更希望在雪道上能够滑得顺畅,不用担心雪道上拥挤的人群。解决问题的办法也简单:避免扎堆。周末尤其是节假日,哪个滑雪场不是到处人头攒动?要是没有一身好武艺还真容易在雪道上磕磕碰碰,即使你身怀一身绝技,在领雪具、等缆车(拖牵)时也难免排长龙的命运,耗费大量的时间,无形之中减少了有效滑雪时间。所以,如果你的时间可以自己支配,还是在周一至周五(雪场称“平日”)这段时间安排滑雪吧,你会发现自己都快变成VIP了,偌大的雪场恐怕也只有三五百人,还用得着去排什么长队?滑雪还便宜,爽都爽死了。如果只能周末滑雪,就周日去吧,这样你可以比周六多出不少有效滑雪时间,因为一般的规律是滑雪的人周日会比周六少五分之一。

#### 绝招二:找对时间。

11时以前是一天之中滑雪的人最少的时间段,早晨的热咖啡、清新的空气、刚刚压好的雪道,让自己痛快淋漓地享受几个小时的专场,这是精明滑雪者的最爱。这段时间(10时之前)也是雪质最好的时候,到了中午雪的表面就开始变得不软不硬,下午雪质则发黏、摩擦力增大。如果你有一定滑雪技术,滑雪场是相当不错的。下班之后,把车开到滑雪场,然后在雪场餐厅吃些东西(开夜场的雪场多会提供免费晚餐),就可以上雪道了。无论平日周末节假日,滑雪的人都不多。在“人烟稀少”的雪道上,痛痛快快地玩到晚上10时许,然后心满意足地开车回家洗澡睡觉。特别提一句,滑雪场不分平日周末节假日,都是一个价格,还有免费的晚餐,真是超级实惠。

(据第一旅游网)

# 省旅游局对我市旅游市场进行综合检查

信阳消息(裘宣)为进一步推动《旅游法》的宣传贯彻,认真做好全市旅游规范工作,省旅游局检查组莅临信阳,检查指导我市旅游市场规范工作。市旅游局相关负责同志陪同检查,本次检查取得了较好成效。

切实加强领导。市旅游局高度重视本次检查活动,认为是进一步规范旅游市场秩序、提升旅游服务质量、在全行业规范经营意识的重要抓手,并专门成立了由分管领导为组长的领导

小组,组成了临时工作机构,全面负责组织开展检查活动,确保检查活动取得实效。

工作落实到位。市旅游局对全市旅游市场进行了科学的分析,梳理归纳出检查重点,做到有的放矢,在提高工作组检查效率的同时进一步扩大了检查范围,有效杜绝各类违法违规行为的再发生。

认真总结提升。通过开展旅游市场检查活动,全市旅游系统对《旅游

法》的认识进一步增强,旅游企业经营行为不断规范,良好的旅游整体形象进一步树立。市旅游局将对本次检查活动进行全面深入的总结,梳理出好经验、好做法,并在全行业进行推广。同时,将对问题旅游企业的整改情况进行后续督导检查,促进全市旅游市场秩序进一步规范,旅游服务质量和游客满意度进一步提升,为全市旅游业的持续快速健康发展营造了良好的环境。



茗阳汤泉地  
MINGYANG  
TANGQUAN  
HOTSPRING

## 茗阳·汤泉

一处为你喷涌了千年的古泉, 聘请时古人就在此建立了温泉寺院和净梵寺;  
一处为你滋养了千年的药泉, 富含多达几十种矿物质, 经专家鉴定为全国少见的医疗矿泉;  
一处独奏山清水秀城, 华中首座山水温泉度假!

泡在山水间 泡出新气象



关注茗阳汤泉  
微信公众账号

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

地址: 河南省信阳市商城县汤泉池 电话: 0376-7888222  
官网: <http://www.mytqc.com> 传真: 0376-7888008

信阳营销中心电话 186 9770 9721

## [国家5A级旅游景区]

# 天堂寨

天堂寨,刘邓大军前方指挥部旧址,娃娃鱼展示馆三日游  
天堂寨,白马大峡谷三日游(各大旅行社均可报名)



AN HUI  
TIAN TANG ZHAI

电话: 0564-7528098 网址: [www.ttzly.com](http://www.ttzly.com)

自驾线路: 信阳—新县—麻城—沪汉蓉高速合肥方向—天堂寨出口下(天堂寨)