

“旅游+体育”“旅游+教育”

信阳市首家青少年体育户外营地落户商城西河景区

信阳消息(记者 张方志) 日前,河南省青少年体育户外营地揭牌仪式在商城县金刚台西河景区举行。

商城县金刚台西河景区,在发展旅游过程中注入了较为丰富的体育文化元素,创造了较多的休闲运动产品,2016年被评为全国体育旅游文化精品景区,此次又被评为信阳市第一家也是唯一一家青少年体育户外营地,这是对西河景区前期工作的充分肯定,但同时也是一种责任。

河南省体育局青少年体育处处长马宏在发表致辞时表示,青少年户外运动中心

和青少年户外营地建设,是贯彻落实党中央、国务院关于加快体育产业发展,促进体育消费若干意见的重要措施;是贯彻执行河南省十三五体育发展纲要的有力手段;是提高全民体质,实现健康中国的得力保障;也是体育旅游深度融合发展的良好途径。意义重大,发展空间非常广阔。

同时马宏强调,西河景区是信阳市第一家也是唯一一家青少年体育户外营地,他希望景区今后起到引领示范作用,带动其他企业创造条件发展体育运动产业,增

强体质,在丰富大众业余文化生活中起到表率作用。

河南大别山西河旅游发展股份有限公司负责人表示,近年来,西河景区把全民健身理念融合到旅游中,走上了“体育+旅游”的发展道路。在景区内开发了金刚台峡谷漂流、空中漫步乐园、篝火晚会、户外露营等多种体育项目。在接下来的发展中,我们会继续坚持“旅游+体育”“旅游+教育”的发展道路,结合特点、办出特色、打造品牌、提升影响力,为省市、全国乃至全世界的青少年提供一个学习展示、交流沟通的平台。

人在旅途

在郝堂 荷韵悠然倦鸟归林



出发时间:2016年7月
出行天数:2天
人物:三姐姐和朋友

的荷塘时,郝堂村的面貌便渐次映入眼帘。

一座座青砖灰瓦的古朴民居,错落浮现在碧绿的荷塘之间,整个村庄蕴透着自然纯朴的远居之美,优雅的田园气质,不俗的文化韵味。

一座小桥、一条石板铺就的小路通向村子,一幢幢古朴的农家小院,青砖石瓦、土坯小屋。古树、青草、野花,磨盘、水车、溪流,古色古香,相映成趣。

格桑花围绕着片片荷塘璀璨地绽放着,自然散布的民居房屋,豫南的狗头门楼、清水墙,用木头垛起的柴扉,依水的小桥,精心修葺的土坯房翠竹掩映,溪水环绕。

随意走进溪畔一处土坯外墙的小院,院内石磨当桌板凳落座,几束风干莲蓬和一串串金黄玉米,不经意地挂在土墙上。

郝堂村有许多客栈和农家乐,我们入住的“郝堂龙潭人家”拥有“花间驿客栈”和“7016客栈”;我更喜欢老房子改造的“7016客栈”,推开那“吱吱呀呀”厚厚的院门,整个人陷入了浓浓的乡韵,仿若步入梦中老家。

郝堂之美,不在奇峰异石,不在旖旎绚烂,而在这村落之平实、民风之纯朴、生态之和谐,在这迥迥阡陌间饱含荷香之空气、恬淡之灵韵。

在郝堂,可以徜徉花间径,弄莲碧塘边,品乡间美食,听蝉鸣月升,其乐自知焉。

在郝堂,不仅有着自然纯朴的远居之美,还有着倦鸟归山林的那份淡泊之美。

郝堂龙潭人家“7016客栈”更是让我安然入梦。

(未完待续)

天天健身 天天快乐

第二届鸡公山全民健身活动月启动

信阳消息(记者 夏俊伟) 近日,第二届鸡公山全民健身活动月启动仪式在鸡公山国际艺术园区举行。

此次活动旨在深入推动全民健身活动开展,提高全民健康素质,继续发扬“天天健身、天天快乐”的体

育健身精神,牢固树立“每天锻炼一小时、健康生活一辈子”的理念,享受体育健身带来的健康与快乐,在全区掀起全民健身活动的新热潮。

近年来,鸡公山管理区高度重视全民健身活动的开展,按照《国务院全民健

身计划》要求,立足“两区一组团”定位,突出“体育+旅游”主题,积极创建国家体育旅游示范区,先后举办了新年登高比赛、山地自行车赛等多项体育赛事,开展了丰富多彩的全民健身活动,有力地促进了全区全民健身事业的发展。

旅游小贴士

夏季旅游的注意事项

夏季,是人们外出旅游的旺季,在旅游中,应注意哪些事项呢?

1.穿浅色衣服:夏季外出旅游时应穿白色、浅色或素色衣服,不宜穿黑色或蓝色的衣服,因为白色、浅色或素色的衣服吸热慢、散热快,穿着凉爽,不易中暑。

2.戴隔热草帽:编织草帽的原料多为空心的,有隔热作用。另外草帽对阳光还有一定的遮挡作用。因此,夏季外出旅游最好戴一顶草帽,或者带上遮阳伞。

3.中午要休息:早晨空气新鲜,气候凉爽。因此,夏季外出旅游时,出发时间应该早些,到了中午就休息,下等三四点以后再继续进行旅游活动。

4.多喝盐开水:夏季高温,出汗多,体内盐分减少,体内的渗透压就会失去平衡,从而出现中暑。而多喝些开水或盐茶水,可以补充体内失掉的盐分,从而防暑。

5.带防暑药物:在旅

途中,容易遇到多变的气候,忽冷忽热的气候最易感冒,又闷又热的天气最易中暑。因此,夏季外出旅游时应带些防暑药物,如人丹、清凉油、风油精、藿香正气水等。一旦发生中暑,应将病人抬到阴凉通风处躺下休息,然后给病人解开衣扣,用冷水毛巾敷在病人的头部和颈部,并让病人服些人丹或十滴水。如果病人昏倒,可用手指掐压

病人的人中穴或针刺双手十指指尖的十宣穴。当病人好转时再送往附近医院治疗。

(综合)

