



初雪将至，想“泡我”的看过来

□记者 傅辉 通讯员 谢玲

当北方大雪刷爆微信朋友圈，故宫雪景占据最美头条，南方也是寒气逼人，气温越来越低，据可靠消息，咸宁第一轮初雪即将到来。此时，如果能一边欣赏着丛林雪景，一边泡着暖身温泉，应该是寒冬最惬意的事情了。

● 三江森林温泉 ●

特色：泉水有色、有味，典型硫磺温泉；富含温泉贵族——氡元素，罕见“硫酸钙弱放射性氡”复合温泉；依山而建，森林泡池，山上小池子挺多，适合情侣虐歪。

地址：咸宁市咸安区月亮湾路2号



● 咸宁太乙国际温泉 ●

特色：浓郁东南亚异国风情，72个露天温泉泡池；依山傍水，楠竹及桂花树等植被茂盛；泉眼深620米，日出水量2600吨；水质硫酸钙型，有助于增强免疫力。

地址：咸宁太乙国际温泉度假区

● 万豪·咸宁温泉谷 ●

特色：鄂南、东洋、南洋风情；项目多，室内温泉、露天温泉、汤屋、水上乐园、美食城……泉水融合入参、当归等名贵中药材，及茉莉花、百合等各具特色的矿石浴、特色加料浴。

地址：咸宁温泉区月亮湾路特1号（潜山森林公园旁）

● 楚天瑶池温泉 ●

特色：原生态、园林式露天温泉；佛教文化和温泉结合，福池、禄池、寿池……淦河之畔，享潜山北坡地势福泽。

地址：咸宁市温泉路3号

● 碧桂园凤凰温泉 ●

特色：温泉区依山谷而建，泡汤池起伏而设；欧式建筑，独特东南亚巴厘岛风情；60多种温泉精巧别致，浑然天成。

地址：咸宁市龙潭大道一号（潜山森林公园旁）

因为三江森林温泉、咸宁太乙国际温泉、万豪·咸宁温泉谷、楚天瑶池温泉、碧桂园凤凰温泉五大温泉都与潜山国家森林公园“邻近”，所以，泡温泉前后可以选择爬潜山洗肺、赏叶；游览潜山寺，在观音像前祈福；还可以选择漫步月亮湾，赏淦河夜景；或者在sound酒吧high夜生活；到香泉映月度假区看《嫦娥》剧，观中华桂花博览园。

● 咸宁嘉鱼山湖温泉 ●

特色：池子面对大湖，风景开阔，“面朝

大海，春暖花开”；山、林、水、石等天然生态；死海漂浮和黑泥养生可以试试。

地址：咸宁市嘉鱼县山湖温泉旅游景区

● 咸宁崇阳浪口温泉 ●

特色：天然富含硅酸和锶重碳酸钙、镁；优质医、饮用两用泉；森林主题，中式别墅带私属庭院及温泉泡池；茶余饭后可坐上乌篷船在水乡悠然泛舟。

地址：崇阳县浪口温泉度假区

● 咸宁赤壁龙佑温泉 ●

特色：温泉水源来自五洪山下的五口自流井，每日流量达5000多吨；

汉唐建筑风格；温泉池依山傍水散布在山间林下；温泉“亲亲鱼”和温泉冷雾可以试试。

地址：赤壁市龙佑温泉度假区

天寒地冻 走！带你去撒个欢

□记者 傅辉 通讯员 方文婷

是不是觉得最近越来越冷了？是不是奇怪这几天都有雨？告诉你！咸宁今冬第一个冰冻模式已经到来！明后两天直接降温到零下！不过冷出个“天寒地冻”也别有一番情趣，那么让闲游君带你们来咸宁的天寒地冻里撒欢去！

咸宁冰雪王国

冰雪王国坐落于咸宁旅游新城核心区域，占地面积两万平方米，空高12米，是目前全国最大的冰雪体验童话王国，也是华中区域唯一最具规模的独立冰雪主题互动展览馆。

冰雪王国内设置有迪斯尼迷宫、马达加斯加动物乐园、白雪公主婚礼广场、北极雪乡小镇、冰上过山车、冰上自行车、冰雪急速滑道、冰雕体验坊等十大主题项目。游客不仅可以观赏各类冰雕，可以玩冰上过山车、冰雪滑道，还可以亲手体验冰雕制作。

冰雪王国四季开放，不同季节有不同主题。到2016年夏季，冰雪王国将从以观赏为主转为以冲关挑战等游戏的亲临体验。

地址：咸宁太乙大道咸宁旅游集散中心对面



九宫山滑雪场

九宫山滑雪度假区核心区位于通山县九宫山铜鼓包区域，最高海拔1559米，垂直落差近300米。

这里配备了多套大小拖牵、全套进口造雪设备，拥有进口滑雪器具1000套，可容纳3000人同时嬉戏游玩、体验冰雪魅力！

除滑雪之外，还可参与滑冰、滑水、滑草、滑翔、旱地滑撬、雪地摩托、雪上飞碟、野外露营、森林穿越、登山攀岩等众多项目。

地址：咸宁市通山县九宫山镇九宫山风景名胜区

泡温泉——暖身法

大雪纷飞的冬季一边感受雪花的清凉，一边享受泉水的温暖一半海水一半火焰享受极了。

爬潜山——健身法

冬日的潜山带上了朦胧的白色面纱在银装素裹的植物天堂里感受奇花异草散发的纯净气息。

星星竹海——浪漫法

一望无际的雪原上生长着青翠修长的精灵那冰天雪地里的爱情在四季里都是常青。

赤壁古战场——热血法

铁锁连船，火烧赤壁赤壁一战，闻名天下就着冰雪，圆你一个英雄梦。

酒后泡温泉 休克在池中

不是所有人都可以泡温泉

□记者 傅辉

“赶快拨打120。”“幸亏即使抢救，要不然果不堪设想。”市民陈先生谈到前不久发生在某温泉度假区里泡温泉差点出事还心有余悸。

据陈先生介绍，他的战友从外地到温泉看他，他理所当然地尽地主之谊请老战友足饭饱后泡温泉，哪知不到20分钟，战友在温泉池里发生休克。原来战友本来有高血压，又喝了酒，旅途劳累加上温泉水一泡，出现了休克。

据温泉养生专家介绍，心脑血管病人或有高血压、糖尿病的人泡温泉时常会发生头晕、憋气甚至晕倒，这类人如果泡温泉，要注意水温不要过高且时间不宜过长。特别是有喝酒、空腹、饱饭后的人也不宜泡，不然会消化不良或脑溢血。另外处于生理期或有妇科炎症的女性，怀孕期前三个月和后三个月的孕妇是绝对禁止的。患有皮肤、呼吸等传染病的人不要泡，那样对自己不利也会影响他人。

◆◆ 战略合作伙伴 ◆◆

D&ME 多米咖啡

DOME 有你更精彩！

电话：0715-8189777

地址：咸宁市银泉大道529号尚城国际

万达旅业 WANDA TOURISM

湖北万达新航线国际旅行社咸宁分公司

地址：咸宁市温泉路28号（咸宁日报旁）

电话：8265112



JINGFENG 劲风实业

瑜伽、健美操、有氧拉丁、芭蕾形体、街舞、肚皮舞、爵士舞、杠铃操、搏击操、哑铃美体、器械房、跆拳道、动感单车

地址：咸宁市温泉花坛购物中心三楼

电话：0715-8271666 13669087700

快捷旅馆
JINGFENG 劲风实业

0715-8892010

①店新汽车站店—贺温路46号

0715-8212010

②店银泉大道店—咸宁学院西门建管局旁



湖北新概念国际旅行社

Hubei New Concept International Travel Service Co.,Ltd.

（原咸宁康辉国旅）

国家特许经营中国公民出境旅游组团社【L-HUB-CJ00043】

全国青年文明号

国家AAAA级旅行社

服务行业湖北名牌

咨询电话：
8346777