

寒冬有暖 岁岁相见

来咸宁，组一场“冬日温泉养生局”

●记者 杜培清

早晚温差拉大，冷空气频至，周围不时传来的咳嗽声提醒我们又到了需要特别关注健康的季节。温泉的天然防护力温泉不仅是一种放松方式，更是一种天然的养生疗法，一场温泉旅行是冬日的“仪式感”和出行的“最优解”。

来一步一个“温泉乡”的咸宁，选择一个风景优美、价格适中、服务优质的“梦中情泉”，泡在热气腾腾的温泉水中，洗去一身疲惫与烦恼，享受身体与心灵的松弛感，治愈又解压。

碧桂园凤凰温泉

咸宁碧桂园凤凰温泉酒店地处原生态温泉腹地，周边环境优美，紧邻城市绿肺潜山国家森林公园，风光旖旎，山水兼得。

50余席公共温泉汤池依据地势高低起伏而设，在自然山脊中错落分布，山脊各温

泉池与山底，共同构成远近高低各不相同的景观，精巧别致，气象万千，浑然天成。

药浴汤池，花瓣汤池，网红火锅汤池……多种汤池一应俱全，同时配备太空舱理疗，特色鱼疗，在泡温泉的同时还可欣赏园林美景。



三江森林温泉

三江森林温泉正如它的名字，这是一个融合森林、桂花、楠竹等原生态资源的温泉，东南亚异国风情范很足。温泉泡池依山而建，随山势起伏形成错落有致，因山地梯田地形打造露天泡浴。

三江森林温泉水质优良，属罕见的“硫酸盐弱放射性氡”复合泉，含有钙、

镁、钾、钠等多种微量元素，所以进入温泉区能闻到淡淡的臭鸡蛋味道，这是微量元素的独特味道。

温泉区的室内温泉，布置为热带雨林风格，共计12个泡池，被称为十二泉坊。进入室外温泉区，一眼就能被那水中阁所吸引。雾气弥漫中，亭台楼阁相互掩映，小桥流水交错布局，宛如仙境。

万豪·温泉谷度假区

温泉谷位于湖北省咸宁市区毗邻潜山国家森林公园，其高品质的泉水含有丰富有益矿物质，在唐代就已著称。温泉谷整个温泉区分为室内温泉区、楚天风情区、南洋温泉区、东洋温泉区、棕榈动感区、暹罗汤屋区六个温泉区域。

在这里，您可以体验室内温泉、露天温泉、汤屋、水上乐园等80多个温泉项目。

精致的温泉区布景雅致，亭台错落，鄂南特色风情的细节也都能在温泉谷内打量到，小巧精致的泉水池也充满禅意。

楚天瑶池温泉

咸宁自古就有“人间瑶池，万国咸宁”的美称，瑶池温泉度假村诗意的其名，正如其温泉品质。

楚天瑶池温泉度假村坐落在咸宁市城区，淦水河畔是“华中第一泉”的沸潭牌坊所在地。坐落在山坡上的独立

温泉池、恒温泳池、养生药浴泡池、经典的水疗SPA温泉，还有特色的汤池温泉、儿童乐园泡池，可选择性极多，大人小孩都能尽情玩耍。还有坐落在潜山上的情侣小汤池，视野开阔，风景迷人，周围小亭纱幔，无比浪漫。



山湖温泉度假区

山湖温泉度假区位于牛头山南麓、白湖北岸，半面环湖，风景甚好，沐浴在温泉里，湖光山色也可尽收眼底，给人“身在温泉、心在大海”的心灵享受。

依山势而建的汤池大小不一，错落分布，临湖的视野开阔。尤其是到了晚上，一定要到网红玻璃泡池打卡拍照，穿着泳衣站在月光下，“秘境追月、伸手捧月、打爱心手势”信手拈来，出片率极高。

喜欢私密空间的朋友可以到溶洞泡池里，感受昏暗灯光下的洞穴；想做水上spa的就去大游泳池里躺在按摩椅上，感受水波的律动……总之，在山湖泡温泉，选择多多。

步入十二月，山湖温泉精心准备温泉套票、恋江湖嘉鱼不夜城超值特惠、私汤房/别墅等多款冬季特惠套餐，家庭欢聚、情侣度假、与友伴行，都能在这里找到专属的温馨与惬意。

春泉庄温泉度假酒店

春泉庄温泉度假酒店位于赤壁市茶庵岭镇的温泉村，43个泡池依地形错落有致，隐卧在密林和山石的怀抱之中。

春泉庄结合五龙山温泉的氡泉天然效力、赤壁三国文化和砖茶文化，遵循古法秘技，打造砖茶汤泉，倡导生态健康的自然疗法。在温泉洗浴中，细嗅茶香，舒缓身心压力；

户外温泉区内43个泡池，将四周田野风光尽收眼底。春泉庄每间客房

都是超级景观房，酒店的花园温泉房的房间后门自带一个小庭院，里面有个小型温泉，非常私密。

酒店周边是大面积的自然景区，拥有最广阔的田野和群山。户外有采摘区、垂钓区，烧烤区，还有租自行车的地方，同时也可以租羽毛球、网球（有相应的球场）。重点是，只要你是酒店的客人，这些通通免费。晚上这里有时还会举办篝火晚会，尤其周末还会组织亲子互动小游戏，拉近家庭成员关系。

龙佑温泉度假区

龙佑赤壁温泉度假区是集酒店、温泉中心、别墅群为一体的大型旅游度假区。八陇湖水潋滟，五洪山灵秀挺拔。龙佑温泉40多处温泉池散布于山间林中，一步一景，迥然有序。

借天然地利，度假区引五洪山温泉入园，水质明亮清澈，矿物质含量丰富，

出口水温常年在62度左右，这里的温泉水被专家赞为“神泉”。

枸杞泉、玫瑰花泉、芦荟泉、薄荷泉、鱼疗泉，龙佑温泉的每个泡池既佛系养生又趣味十足。再寒冷的冬天，只要陷入暖暖的汤泉里，所有的焦虑不安都会被治愈。

三特浪口温泉

崇阳自古有“百泉之首”美称。藏在崇阳万亩竹海深处的浪口森林温泉，是你不能错过的核心体验。45℃富氟硅温泉水从地下涌出，70余个汤池散落山林，既有公共汤池的热闹，也有私汤别墅的私密。泡汤时，抬头是竹影摇曳，闭眼是泉水叮咚，还能去国医馆体验中药浴疗愈，让身心都得到放松。

精品酒店私汤别墅是独立汤池+私密庭院，推窗见竹海，闭门享温暖，是情侣或高端游客的首选，让你在静谧中享受品质度假。

依隼水河而建的喜悦酒店，是典型的东方合院风格。4个庭院由回廊连

接，97套客房融入国风元素，步行3分钟可达隼水河畔。这里还有会议室和棋牌室，适合家庭或小型团建。

这里的温泉客栈是江南风情的代表——黛瓦白墙，青石板路。步行5分钟到森林温泉，49间客房温馨舒适，临河有烧烤平台，室内有图书角和棋牌室，户外栈道更是烧烤聚会的好去处，让你彻底慢下来。

浪口周边山水资源丰富，可以攀岩，桥降，徒步，探洞，溯溪，扎筏泅渡等，解锁自然挑战，感受勇气与心跳，无论是团建还是亲子活动，都可以收获满分惊喜。