



■ 独特的丹霞地貌造就了龙虎山秀丽景色

躲进龙虎山度夏

苦夏难熬，你想躲进山里清凉几天吗？那就去龙虎山。因此山由亿万年自然造化而成，峰峦岩窟、奇山怪石千姿百态，有龙盘虎踞之势；且又是中国道教发祥地，为道教正一派“祖庭”，可游山玩水外加修身养性，收获多多。

龙虎山景区面积200平方公里左右，主要分布于泸溪河(又名上清河)两岸，风景秀丽。山上有99峰、66岩、108处自然和人文景观，20多处神井丹池和流泉飞瀑，还有战国时期留下的规模宏大的崖墓群。源远流长的道教文化、独具特色的碧水丹山和规模宏大的崖墓群，是龙虎山自古以来被人称誉的三绝。

道教祖庭上清宫

龙虎山上清宫是有名的道观，历来被尊称为“道教祖庭”、“百神授职之所”。上清宫始建于东汉，为祖师天师张道陵修道之所。最盛时龙虎山建有91座道宫，81座道观，50座道院，二十四殿、三十六院。目前这些宫、观、院虽多已不存，但规模宏大的上清宫部分建筑和历代天师起居之所的“嗣汉天师府”至今尚在，游人可从中窥到当时一二盛况。

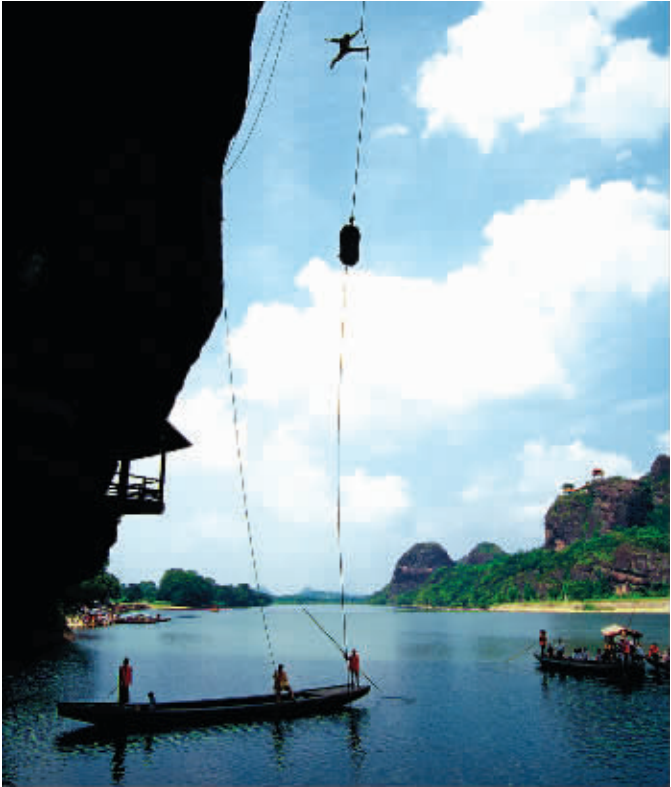
丹山碧水有特色

龙虎山为丹霞地貌，四周峰峦秀丽，洞谷幽奇，奇峰怪石多发育于距今1.2亿年前的晚白垩纪到8千多万年前老三纪的暗红色砂岩、砂砾岩及泥页岩地层。经过长期的风化剥蚀和造山运动导致的地壳构成的变动，逐渐形成了今天这种千姿百态，由卵石、砂粒胶结而成的奇峰秀崖。

山因水而愈伟岸，水因山而愈灵动。泸溪河自东远途飘入，绕山转峰缓行，过滩呈白，遇潭现绿，似一条逶迤铺展的玉带，构成了“一条涧水琉璃合，万叠云山紫翠堆”的奇丽景象。泸溪河由此也获得了“秀比漓江，美如九曲”的赞誉。

在泸溪河漂流，是人生一大快事。泸溪河长43公里，一路水推山开，九曲回肠。坐在竹排上，岸上草木芬芳，水中野鸭戏水；蓝天、白云、碧水、丹山，真是“两岸奇山观不尽，一江秀水入画屏”。

在泸溪河，还有一道别样的风景，那就是当地的船娘。这些俊俏的船娘们在泸溪河面上穿梭来往，竹



■ 悬棺是龙虎山千古之谜



■ 泸溪河漂流是人生一大快事

筏上装满了龙虎山独有的板栗粽子、烤红薯、烤板栗等特色小食。

历史悠久悬棺葬

在龙虎山高崖绝壁的洞穴内，散布着数百座崖墓，有单洞单葬，也有干栏式建筑造型的屋脊棺、圆筒独木的独舟棺、方形棺等。大多数岩洞还安装了封门板，其意不让人看见洞内情况和防止鸟兽进入。

这些崖墓距离水面10至60米，基本朝东，棺木大小不一，大多用巨大的整段楠木制成，形态上有干栏式建筑造型的屋脊棺、圆筒独木的独舟棺、方形棺等。大多数岩洞还安装了封门板，其意不让人看见洞内情况和防止鸟兽进入。

经文物部门鉴定，龙虎山崖墓是距今2600多年前春秋战国时期的崖墓，其年代久远，数量之众多，位置之险要，堪称“华夏一绝”。那么，这些崖墓是如何形成，硕大的棺木又是如何放进绝壁之中的呢？这是一个至今难解的千古之谜。秀秀

旅游提示

散客，上海有多班火车到鹰潭，出站不远便是龙虎山，有指路牌。自驾车，沪杭高速，南下经嘉兴到杭州，上杭金衢高速，过浙江衢州后，上梨温高速，经江西上饶，在鹰潭的“鹰潭西”高速路口下，右拐沿206国道直行20公里即可抵达龙虎山，全程700多公里。

夏夜，锦江乐园有凉可乘



■ 激流勇进很刺激

今夏市民乘凉有好去处，“锦江之夜”游园晚会日前开幕，推出近十组时尚卡通灯，同时精心打造水上游乐项目，为游客营造一个清凉夏夜。

锦江乐园每年都举办仲夏夜“嘉年华”活动，今夏以“亲水”项目为主题，其中有峡谷漂流、激流勇进、水上碰碰车、皇家溜溜船、欢乐世界、溶洞飞车等，给人以清凉欢快的享受；造型各异的卡通灯，突

破了传统模式，有尼尔斯骑鹅旅行、海底世界、狼与山羊、环球旅行记、杰克与豌豆、果蔬园等，形象栩栩如生，故事性强且有趣。

晚会期间，有国内外著名的舞蹈团、乐队入园演出。届时，乐队将演奏中外流行音乐、爵士乐、拉丁音乐和民乐等；舞蹈团表演中外时尚舞蹈、现代国标舞、现代艺术舞、拉丁舞、牛仔舞、探戈等；中国民族经典剧目有：美猴王变脸、喷火表演等；另有街舞、肚皮舞、草裙舞、时装秀、中国少林功夫秀等交替上演。

明月

旅游提示

交通：地铁一号线可直达乐园。
门票：40元可玩2个项目，70元联票，可玩6个项目。

特别推荐：“探空飞梭”，刺激，有惊心动魄之感；来自意大利的过山车“溶洞飞车”也有风情；“上海大转盘”，可在108米的高空观赏申城的夜景；“欢乐世界”，是国内唯一有中国特色的“迪彩”项目，游人在乘船过程中能欣赏到卡通演绎的28个中外童话故事。

“阳光夏令营”太湖夏威夷开营



■ 踩水车对孩子有很大吸引力



■ 水上活动多姿多采

太湖夏威夷水上游乐场专为学生开设“阳光夏令营”，设多种水上游乐项目，如水上跷跷板、滑滑梯、弹射包等，让孩子们过一个健康、愉快的阳光暑期。

太湖夏威夷水上游乐场位于太湖国家旅游度假区内，拥有2万余平方米的太湖天然活水游泳场，万余平方米沙滩，还有点缀其间的绿岛及一望无际的芦苇荡；引进了全套阿维娃水上游乐项目，有水上冰山、水上攀岩、水上排球等，更有两人三足运水接力和两人背球运水接力等趣味比赛。

山荣

香港迪士尼推出“鼠”假大派对

可享受水花、追踪、冒险等活动

今夏，香港迪士尼乐园推出“米奇‘鼠’假大派对”，邀请内地小游客前去参加，内容有“米奇水花巡游”、“追踪迪士尼朋友”和“与海盗一起冒险”等节目。

每日15:30登场的“米奇水花巡游”，由一系列精美绝伦的花车组成，车上百位艺人在乐曲伴奏下翩翩起舞，同时清凉的矿泉水从天而降，游客可感受水花四溅带来的凉爽。“小镇大街水花兵团”的三成员以消防员装束出现，在乐园街口守候客人驾临，并以水花四射、幽默有趣的表演娱宾。

“追踪迪士尼朋友”有两大内



■ 米奇水花巡游”精美绝伦

容：一是在专业迪士尼动画师指导下，绘画并参与迪士尼的创作历程；二是在睡公主城堡广场，参加“史迪仔辣舞派对”，随着节拍轻快的夏日舞曲，与淘气可爱的史迪仔及艺人狂欢，一起大玩呼啦圈、沙滩球等，还可与史迪仔拍照留念。米奇及米妮则会换上全新的小镇夏威夷服，在充满夏日气息的小镇广场上的凉亭内欢迎派对宾客。

“与海盗一起冒险”，游客可在“杰克船长海盜训练营”接受海上训练，也可透过参与“海盜登陆巡礼”与海盜载歌载舞。想赢取海盜宝藏的游人，万勿错过趣味无穷的海盜嘉年华游戏，在“魔盜宝藏大追踪”节目中碰碰运气，有可能赢取夏日礼品。

同时，为令“米奇‘鼠’假大派对”更多彩多姿，乐园推出超过1000款限量版纪念品，其中包括毛公仔、徽章、纪念品、文具等。派对期间，乐园主题酒店推出夏日美食与特饮，让宾客展开清凉透心的美食之旅。

萧萧