

湖里钓鱼 海边抓蟹 山顶看日出 山、海、湖一体 南北湖·上海人家门口的度假地

南北湖景区同时拥有山、海、湖，这在我国实属罕见。而南北湖的湖鲜、海鲜也是应有尽有。

从上海出发，一小时的车程就可到达南北湖，这就是上海人为什么去了再去的原因。

湖里划船天上游

南北湖位于浙江海盐，是国家AAAA级旅游景区。湖中心的鲍公堤正好把湖分为南北两片，故称南北湖。

游南北湖，划船是最佳选择。由于南北湖水清澈，所以无论是天上的白云还是周围的群山，都在水里形成清晰的倒影，人就仿佛是在天上和山中划船一样。

湖中有白鹤洲和蝴蝶岛两座小岛，划着船，就能直接上岛游览。白鹤洲上有漂亮的亭台楼阁，更为奇特的是，岛上还有一个小湖。在岛上的长廊里坐坐，眼前是小湖，放眼望去是大湖，吹着湖风，感受“人在水中央”的诗意。蝴蝶岛形似一只蝴蝶，岛上有座草屋茶室，茶室外是木头做的篱笆，连铺路的石头都是原汁原味没有打磨过的。

登山顶看海上日出

南北湖最著名的山叫鹰窠顶，登山顶看海上日出也是游南北湖的一绝。在山顶

上看海上日出，比在海边看更过瘾，因为是居高临下，所以再大的海浪也不会遮挡住视线，可以把整个海上日出从头到尾看个够。如果在农历十月初一看日出，还能看见“日月并升”的奇观呢。傍晚去登山，可以看到同样美丽的海上日落。有眼福的，还能看见珍贵的“海市蜃楼”。山上有一座千年古刹叫云岫庵，传说观音菩萨都因为喜欢这里的美景，从普陀山跑到这里来过夜呢。



钓鱼捉蟹海边疯玩

南北湖既有湖又有海，所以湖鲜海鲜一样也不少。景区两湖可以垂钓，只要花20元，办张垂钓证，在湖区里找一个自己喜欢的地方，就可以钓鱼了。无论钓上什么鱼，钓到多大的鱼，都归钓鱼者所有。

等到海水退潮，海边就会出现大片滩涂和海湾，向当地的农户借一把小铁锹和一个塑料桶，就可以“全副武装”去捉蟹了。赤脚走入滩涂，细柔的海沙在你的脚边摩挲。而蟹则大部分都在海沟里，只要仔细找就能找到一个小小洞，然后用铁锹大铲，蟹就会爬出来了。这些蟹个头不大却很肥，运气好能挖到野生青蟹。海边还能拾黄泥螺。等到提着渔获满载而归时，那份快乐真让人觉得回到了童年。

醋烧鱼清蒸蟹真鲜美

钓到了鱼抓到了蟹，就可以到湖区里的任何一家饭店去加工，每样付少许钱，厨师就能把你的“劳动成果”制成美味佳肴了。黄泥螺在这里可是炒来吃的，鱼则可以制成当地的特色“醋烧鱼”。这“醋烧鱼”在烧制的过程中，还一定要加入韭菜段，韭菜的香味沁入了鱼肉，再加上香醋吊出了鱼的鲜，这鱼真是闻着香，吃着更鲜。而海蟹则用来清蒸，由于这蟹是纯野生的，不仅肉质十分细腻，而且有一点淡淡的咸味，吃在嘴里有一种天然的鲜美。在南北湖，一年四季都有笋，而且这些笋全部都是野生的，一定要尝尝。

大部分的饭店不仅有美味，而且还提供标准的住宿，且基本都是“湖景房”。即使哪儿也不去，在房间的阳台上也能欣赏南北湖的景色，楼上看风景，楼下尝美味，真的是非常实惠。



自驾游线路

自驾游：从莘莘金高速（A4线）至01省道沪杭复线（东西大道），过海盐收费站继续往杭州方向行驶，至通元左拐，直行约8公里到南北湖（三湾门楼）

旅游资讯

门票：80元/人

上海旅游集散中心：南北湖一日游120元/人
咨询电话021-64265555

上海新乐旅行社：

南北湖海宁皮革城含餐一日128元/人
南北湖海宁皮革城盐官古城3星含餐二日298元/人
报名热线：021-34010091 64669677
上海各大旅行社均可报名

旅游活动：

南北湖激情攀岩挑战赛
奖品多多 等你来拿

十一特价：10元/人/次

活动时间：10月1日—10月7日（每日8:30~16:30）

活动地点：南北湖拓展训练中心

景区热线：0573-86513123

景区网址：www.nbh.com.cn

无污染大闸蟹广受追捧 上海人纷纷去溱湖吃“溱湖八鲜”

无污染的溱湖 虾肥蟹壮

溱湖湿地是联合国规划署命名的全球生态300佳之一。由于溱湖湿地水质始终保持国家二级饮用水标准，所以，著名的“溱湖八鲜”绝对是无污染、无激素的绿色湖鲜。秋天，正是“溱湖八鲜”集体亮相、肥美上市的时候。

所谓“溱湖八鲜”指的是簖蟹、甲鱼、青虾、银鱼、太湖四喜、螺蛳类、水禽、水蔬等。

簖蟹是“溱湖八鲜”中的“鲜中之鲜”。金秋时节，当地人将一种名叫“簖”的竹制工具设在湖中，凡能爬过竹簖翻身入网的便是体魄健壮的上乘之品。因此，能上桌的簖蟹只只都是野生精品，不仅体态健美，肉质更是雪白肥嫩。

除了簖蟹，溱湖的青虾也是一绝。因为水质好，这里的野生青虾只只都身段饱满，虾肉红嫩晶莹，无论是白灼还是盐水，都带有一种特有的甜味，蛋白质含量极高。另外，青虾肉和鸡蛋清做出的虾丸也是这里的招牌菜，别的地方真的很难吃到。

成片的芦花 随风起舞

秋天的溱湖称得上是五颜六色，火红的枫叶、金黄的菊花……不过，最漂亮的要数大片野生的芦花。没有风的时候，那芦花雪白一片，真分不清是花还是雪，在溱湖众多的颜色里显得分外纯净；起风的时候，成片的芦花齐刷刷地随风涌动，伴随着“哗哗”的响声，像一层层白色的海浪排山倒海奔涌起来，十分壮观。

赏芦花有两个最佳方法。一是坐在水中

溱湖国家湿地公园是江苏省首家，全国第二家国家湿地公园，也是国家AAAA旅游风景区。

秋天，正是“溱湖八鲜”最肥美的时候，虾肥蟹壮。你能吃到真正无污染、无激素的大闸蟹。同时，还能欣赏到像白色海浪一样奔腾的芦花，零距离观看丹顶鹤“谈情说爱”……去溱湖湿地“吃蟹游”，饱了口福又饱眼福。



小岛的茶楼里，喝一杯甘甜的溱湖水泡的香茶，一眼望去，胜雪的芦花尽收眼底；另外就是坐上溱湖特有的摇橹船，穿梭在芦苇荡里。芦苇荡在芦花形成的白色“海浪”里像一个海上迷宫，浓密的芦苇变成了迷宫的城墙，形成一道神秘的水巷，橹船在迷宫的水巷里忽前忽后，忽左忽右舒服地摇摆，很有“探秘”的趣味。

丹顶鹤麋鹿 悠闲自在

由于溱湖是国家湿地公园，具有十分优越的生态环境，所以大量野生的珍稀动物都

把这里当成了家，其中最珍贵的当数丹顶鹤和麋鹿了。

据调查，全世界野生的丹顶鹤只剩下1200只，所以能看到野生的“仙鹤”，真的是很有福气。每年秋天，丹顶鹤就会迁徙南下越冬。在溱湖湿地，经常可以看见丹顶鹤“夫妻”谈情说爱的景象。

麋鹿俗称“四不像”，是我国特有的世界珍稀动物。1900年的时候，八国联军把中国仪仗的麋鹿都抢走了，直到1985年，中国才从英国引进80头。如今，溱湖的二十多头麋鹿就是从英国引进的麋鹿的后代，全国也只有少数几个地方能看到。



旅游线路

S线 溱湖湿地李中水上森林(木筏漂流)二日288元/人
O线 溱湖湿地李中水上森林(木筏漂流)扬州新集水多美食三日398元/人
W线 溱湖湿地李中水上森林(木筏漂流)常州天宁寺(恐龙园)5星二日358元/人
L线 溱湖湿地李中水上森林常州恐龙园5星常州大酒店三日498元/人
G线 常州5星香格里拉酒店泰州溱湖湿地汤山园尚温泉二日398元/人
H线 汤山温泉常州5星香格里拉酒店溱湖湿地李中水上森林三日598元/人

泰州水乡超值自驾车大礼包

★ 溱湖湿地60元+保险20元=88元/人
★ 李中水上森林木筏漂流60元+保险20元=88元/人
★ 溱湖湿地60元+李中水上森林木筏漂流60元+保险20元=120元/人
★ 溱湖湿地60×2份+李中水上森林木筏漂流60×2份+保险20×2份+3星酒店220元/间=368元/2人
★ 溱湖湿地60×2份+李中水上森林木筏漂流60×2份+保险20×2份+4星酒店420元/间=458元/2人
★ 李中水上森林木筏漂流60×2份+保险20×2份+常州5星香格里拉酒店688元/间=598元/2人
★ 溱湖湿地60×2份+保险20×2份+常州5星香格里拉酒店688元/间=598元/2人
★ 溱湖湿地60×2份+李中水上森林木筏漂流60×2份+保险20×2份+常州5星香格里拉688元/间=688元/2人

自驾车攻略

自驾车：沪宁高速公路——沿江高速公路——过江洲大桥——从广陵立交转宁靖盐高速——往盐城方向，至溱潼出口下，右拐500米即到。全程2.5小时。距上海230公里，景区设有停车场。
门票：溱湖国家湿地公园门票 60元

江苏溱湖国家湿地公园
地址：江苏省姜堰市(宁靖盐高速溱潼道口东侧)
电话：021-64333380 64331308 0523-88623022
上海各大旅行社均可报名