

【第一天】

上海南站 K163 次 12:43 发列车(硬座 99 元)。最好在上海先购好第八天由福州返回上海的 K164 次硬卧票(下铺价 239 元)。K163 次 23:33 到武夷山站。购第三天武夷山到厦门 N548 次硬卧票(155 元)。

建议住武夷山风景区三姑(地名,集景区吃、住、购于一体的度假区)北边的枫枫青年旅舍,房间新又干净,60 元/间,提前预订。武夷山的公交车很方便,唯独水帘洞景点离公交站远些。

武夷山门票分 1 日 (110 元)、2 日 (120 元)、3 日 (130 元)票。武夷山的主要景点有:天游峰、大红袍、水帘洞、虎啸岩、一线天、万春园(大王峰-水光岩)、武夷宫(免票)。九曲漂流(100 元)。

【第二天】

早餐后坐公交到天游峰站下,过九曲溪北行 10 分钟,参观紫阳书院(免费)。书院西侧石子路前行 100 多米到天游峰景区口。天游峰及峰下“云窝”一带号称“武夷第一胜地”,这里峰绝、洞奇、亭秀、泉幽,踏 838 级石阶而上,一路上俯瞰九曲武夷,风光无限。

回到路边坐公交车到星村,买好下午的漂流票,在镇上找个饭店用午餐。九曲漂流需 1-2 小时(随水量大小而定),到终点武夷宫上岸,这里是拍摄大王峰的最佳位置。武夷宫有仿宋古街、朱熹纪念馆、柳永纪念馆。柳永纪念馆旁是万春园(不少游人忽略了这处景点,实在不该)入口处,园内花木繁荣,有山路可上大王峰(往返 5 小时,可不上),沿河岸前行 500 多米有一观景台,是欣赏玉女峰和九曲溪的好地方。

【第三天】

人多的话宜包车,可请店主联系。出发前先退房,行李集中存放。上午花 3 小时游大红袍、水帘洞,宜先从小红袍这边入口,一路可看到茶树王、鹰嘴岩、古人崖居、水帘洞和山水风光,从水帘洞处出口。下午花 2 小时游一线天(要带上电筒)、虎啸岩,从一线天景区进,从虎啸岩那边的大门出。然后坐车到火车站。N548 次武夷山站 18:04 发车。

【第四天】

N548/545 次 6:38 到厦门。建议住前浦的旅馆。前浦即厦门岛东部厦门国际会展中心一带的地名,有许多私人小旅馆,带独立卫生间的双人间只 40 元/间。前浦交通方便,30 路公交车经湖滨南路长途汽车站到轮渡站,19 路公交车经火车站到轮渡站,105 路公交车可到集美。厦门景点多,景色美。

安顿好住宿,坐 19 路公交车到轮渡站,坐船(8 元,回程免费)到鼓浪屿。鼓浪屿游玩要用一天的时间。

【第五天】

上午坐 19 路车到一中下,游厦门万石山植物园(40 元,国内有名的植物园)。坐 17 或 87 路(过隧道)到南普陀(3 元)。下午穿过厦门大学校园到胡里山炮台(25 元),这里有当今世界上最大的炮(13.96 米长)和最小的炮(11 厘米长),还有奇石馆。出炮台东行两站路到珍珠滩,这里有厦门最大最好的开放式海滨风景,可瞭望金门的大担岛。坐 29 路回前浦。

【第六天】

前浦坐 44 路公交车到莲坂站换 33 路公交车到松柏长途汽车站,每 20 分钟一班到泉州(35 元,2 小时)。将行李寄存在泉州汽车站。

泉州市内坐 601 路到清源山脚下的老君岩(门票 15 元)。清源山门票 50 元,时间来不及可不玩。回泉州城坐 2 路或 6 路车到开元寺(门票 10 元),内有东、西两古塔,海外交通史博物馆(另加门票 2 元)。泉州城不大,回汽车站可步行,沿途免费游状元坊、承天寺、关帝庙,关帝庙西是赫赫有名的清净寺(门票 3 元)。

泉州十分钟一班汽车到崇武(10 元)。在崇武建议住大路上一家叫“假日宾馆”的旅馆,招牌在大路上,旅馆在里面,十分干净(75 元/间)。

【第七天】

上午游崇武。游崇武约 3 小时,主要内容有明代花岗岩古城墙(2400 多米,上城墙免费)、海滨游览区、港湾内的渔船及与惠安女合影。

下午坐公交中巴(4 元)半小时到惠安。惠安有多班汽车到福州(50 元左右,2 小时)。建议住福州火车站南 200 多米处的好运宾馆(80-110 元/间),它与长途汽车站相连。

【第八天】

上午游福州,坐公交车到西湖(免票),出西湖向南步行到“三坊七巷”(地处市中心,具典型福州早期民居和府第特征,免票)。或坐 949 路公交车到鼓山,包车上山(20-30 元),游达摩十八景(10 元)。K164 次福州 15:12 发车。

【第九天】

K164 次 7:52 到上海南站。
如果能增加两天时间,从厦门乘车到南靖、永定去观赏一下土楼群,则更好。
周征
(以上车次、价格,仅供参考)

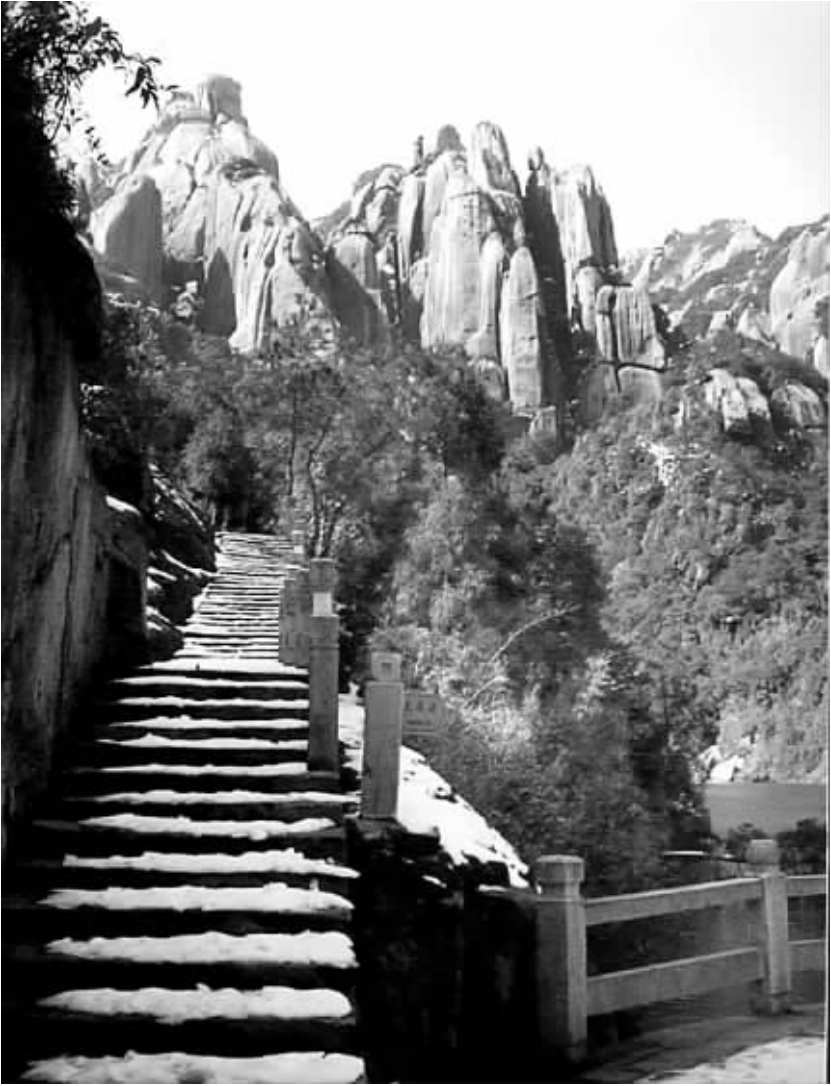


■ 永定土楼是福建最著名的景点

初冬，福建自由行

初冬的福建气候宜人,现在又正是旅游淡季,如抽八至九天的时间环游福建各景点,很值。向你推荐一自由行方案,供参考。

路线方案:上海(出发地)一武夷山(世界自然和文化遗产,国家级重点风景名胜區)一厦门(经济特区,国家级重点风景名胜區,海滨名城)一泉州(历史文化名城,国家级重点风景名胜區)一崇武(我国七大古城墙之一)一福州(历史文化名城,省会)一返沪。



■ 初雪的大姥山景色甚美



■ 泉州埭埔村妇女保持传统打扮



■ 惠安女成为当地的特色“景观”

去浦江登山 观古家族遗址

到浙江浦江,有两处玩点:一是登仙华山,二是观全国重点文物保护单位“江南第一家”。

仙华山,又名仙姑山,位于浦江县七里乡仙华村,国家 4A 级景区。据《浦江县志》记载:“仙华山为浙婺名山,浦邑第一胜景。”因此不可不登。

仙华山有五峰,如五指状耸峭屹立。从东往西有:玉柱峰、仙坛峰、玉尺峰、玉笋峰等。它们拔地而起,相依为丛,四面悬崖峭壁,唯有北坡有一条小道盘旋而上,可达达峰顶。仙华山的洞庭湖穴有十多个,有的洞穴景致别有趣味。仙华山顶看日出、大石岗观夕阳、半山凉亭听泉声、仙华水库荡舟等,都是独具特色的旅游节目。

“江南第一家”,又称郑氏义门,在浦江郑宅镇,占地 6600 平方米,是承夏古代家族文化的重要遗址。居住于此的郑氏家族,历史上曾 15 世同居,历宋、元、明三代,长达 330 余年。明朱元璋亲赐为“江南第一家”。现存有郑氏宗祠、孝感泉、建文井、白麟溪碑、十桥九闸、天将台等,其中以郑氏宗祠最为著名。

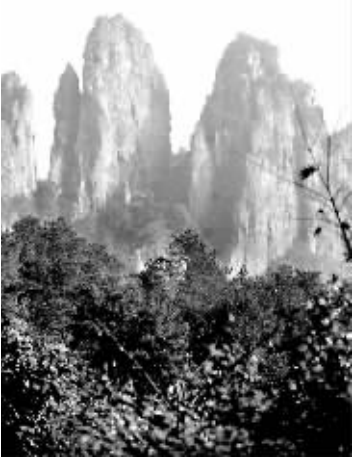
杨建正

旅游提示

交通:上海南站乘坐动车组到义乌火车站下,打的 10 元到浦江县城,县城距仙华山景区 9 公里。火车站、县城和景区之间均有中巴车往返。

门票:40 元/人。

■ 仙华山是浦邑第一胜景



冬至是我国二十四节气之一,俗称“冬节”、“长至节”、“亚岁”等,是中华民族的传统节日。冬至习俗源于汉代,盛于唐宋,相沿至今。《清嘉录》甚至有“冬至大如年”之说。正因如此,使冬至食文化丰富多彩。

吃馄饨 我国许多地方有冬至节吃馄饨的风俗。馄饨,是冬至的应令美食。据《燕京岁时记》载:“冬至馄饨夏至面”。冬至这天,京师人家多食馄饨。南宋时,当时临安(今杭州)也有每逢冬至这一天吃馄饨的风俗。宋朝人周密说,临安人在冬至吃馄饨是为了祭祀祖先。只是到了南宋,我国才开始盛行冬至食馄饨祭祖的风俗。

汤圆 冬至吃汤圆,在江南盛行。民间有“吃了汤圆大一岁”之说。汤圆也称汤团,冬至吃汤团又叫“冬至团”。清朝记载,江南人用糯米粉和面,里面包上糖、肉、苹果、豆沙、萝卜丝等。冬至团可以用来祭祖,也可用于互赠亲朋。旧时上海人最讲究吃汤团。他们在家宴上尝新酿的甜白酒、花糕和糯米粉圆子,然后用肉块垒于盘中祭祖。古人有诗云:“家家捣米做汤圆,知是明朝冬至天。”

养麦面 浙江等地每逢冬至这天,全家男女老少都要集齐,嫁出去的女儿也要赶回娘家。家家户户要做养麦面、养麦粿吃。习俗认为,冬至吃了养麦,可以清除肠胃中的猪毛、鸡毛。

此外,我国南北各地还有吃冬至肉、饮米酒、吃长线面等食俗。

李盛仙

丰富多彩的冬至食俗