

泡温泉 吃海鲜 宁海森林温泉好享受

花草汤泡出容光焕发

冬季，泡泡宁海森林温泉的百花池和香薰池尤其滋养容颜。百花池里有桂花和玫瑰，两种花瓣一红一金，漂在清澈的温泉水面上，好看又清新。香薰池中则加入了蔷薇、檀香和高楠等香草，通过温泉水汽散发出来的香气尤能调和身心，泡在温泉水中闭目冥想，让身心和香草清泉融为一体，整个人由内而外都会容光焕发。

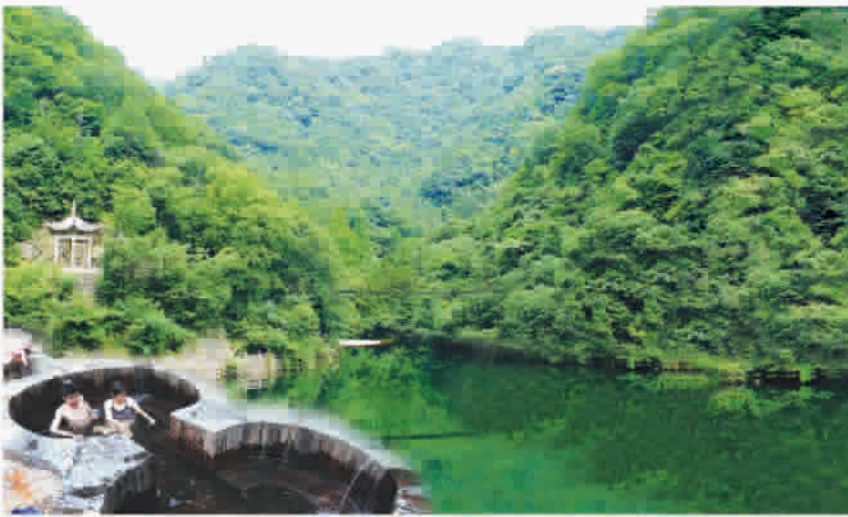
健身泉洗出健康活力

宁海森林温泉专门为常年坐办公室的白领定制了特色健身泉，对于那些吃药怕苦、运动怕累又想抗疲劳强筋骨的白领们最为合适。温泉中氧元素配草药的“药泉”，有利于促进血液循环；加了鸡血藤的“幸福泉”，活血通络，萎靡不振一扫而空。如想瘦身，就泡泡夏枯草“万福泉”，仅30分钟，就相当于长跑2公里，既健身又不用吃苦，这样的好事何乐而不为呢。

木屋别墅享私密温泉

冬天的上海，总有雾霾，让人感觉呼吸不畅，不妨去宁海森林温泉木屋别墅的私家温泉，给心肺“洗”把“森林浴”吧。一幢幢依山而建的森林小木屋别墅，在林中显得特别幽静浪漫，别墅内，

秋末冬初，泡温泉尝美食成旅游热点。坐落于天明山国家森林公园幽谷中的宁海森林温泉，是我国的著名温泉之一。游客不仅能在几十个各具特色的天然温泉池颐养身心，还能尽情品尝鲜美的山珍海味，一次享受到位！



舒适的生活设施一应俱全。别墅边，则有私家温泉为你独有。白天，泡在泉中，可赏苍翠林海可听清脆鸟鸣，清新空气润彻肺腑。夜晚，群山入黛，明月繁星映入泉中，令人陶醉。

山珍海鲜解馋滋补

完美的享受当然不能少了天然美食。

这个季节去宁海森林温泉，几样解馋又滋补的时鲜货是不能不尝的。一道小烤兔肉鲜嫩香浓。而热腾腾的山珍野猪肉不仅鲜香扑鼻，还富含硒和锌等微量元素。

每年11月以后，正是宁海牡蛎丰收的季节，此时的牡蛎，尤其丰满肥腴、汁水充足，鲜嫩无比。泡完温泉来上几只，让身体尽情地吸收维生素吧！



TIPS:

跟团游攻略:

1、游客可选择宁海森林温泉和三门蛇蟠岛的2日游线路，“千洞岛”蛇蟠岛的海盗迷宫引人入胜，并可入住5星金陵保罗大酒店，仅需297/人。

咨询电话：021-64748555

2、游客也可选择泡宁海森林温泉和品象山美食的2日游线路。象山的生猛海鲜让人大饱口福，而四星开元大酒店则充满温馨。2人同行的话，其中1人还可享受199元/人的半价优惠（原价：398元/人）。

咨询电话：400-820-1999

自驾线路：上海S4—杭甬高速过杭州湾跨海大桥—宁波绕城—甬台温高速—宁海北出口下—转34省道（梅林方向）—转38省道—深川镇宁海森林温泉，全程约3小时左右。

咨询电话：18069229682

泰州华侨城是国家5A景区，坐落于溱湖国家湿地公园西侧，紧邻千年古镇溱潼，泰州华侨城云海温泉是国内难得一见的“湿地温泉”。独具特色的穹顶“养生八汤”、散布在溱湖畔的露天清泉、豪华的奥思廷酒店，以及金碧辉煌的古寿圣寺，均可让游客畅享身心之福！在2012泰州首届中华养生休闲文化节暨泰州华侨城温泉节期间，游客还能参与多项精彩纷呈的活动。



2012泰州首届中华养生休闲文化节暨泰州华侨城温泉节盛大启幕

泰州华侨城云海温泉 畅享身心之福

室内温泉四季如春

泰州华侨城云海温泉的室内温泉区位于360°巨型玻璃穹顶内，四季温暖如春。身在其中，头上是蓝天白云，身边是清泉涌动，惬意无比。尤以“穹顶八色汤区”最具特色，八种特色汤池中分别放入名贵的草本植物，游客泡在其中，既可强身健体，又可润肤养颜，真可谓健康美丽一举两得。

露天温泉演舞韵瑜伽

位于十里溱湖畔的室外温泉区同样不容错过，50多个露天温泉池错落有致地散布在花草丛中。清香的茶池令人心旷神怡，酒香扑鼻的红酒池充满情趣，温润的牛奶浴让人全身舒适……其中，最具特色的要数江南园林内的“天体浴区”，精致的纱幔，

古朴的竹木在绿树浓荫间影影绰绰，泉中映景，景中有泉，美不胜收，尤其适合情侣体验私密浪漫。

温泉节期间，游客还能亲身参与“云海温泉舞韵瑜伽主题演出季”。伴随着柔美的音乐声，在暖意融融的温泉池畔，专业的舞韵瑜伽老师不仅将带来精彩表演，还能让游客一起分享在温泉旁练瑜伽的乐趣。此外，活动期间，云海温泉每天都将推出太极表演、功夫表演、茶道表演及戏曲表演等诸多节目，游客可边泡温泉边大饱眼福。

奥思廷酒店享私家温泉

去云海温泉可入住温泉奥思廷酒店。酒店大堂里有精美的苏绣，老式的留声机里播放着梅兰芳的《贵妃醉酒》，青砖红檐上装饰着精雕细琢的溱潼砖雕，豪华又不

失典雅。13个功能齐全的会议室，宏大宽敞，影音俱全。168间精致客房临湖而建，房中设私家小温泉池，睡前泡汤至浑身舒展，助你香甜入睡。早晨听着鸟叫声醒来，隔窗观赏溱湖日出，一扫都市生活的疲惫与压力。

千年古寺内藏药佛金塔

紧邻云海温泉的古寿圣寺有千年历史，三面药师佛塔伫立在碧波荡漾的溱湖之中，阳光下金碧辉煌，壮观非常。步入寺中，宏伟殿堂楼阁相连，晨钟暮鼓悠远空灵。走上古色古香的水云楼，蓝天白云倒映十里溱湖之中，水天一色，令人心旷神怡！温泉节期间，游客在古寿圣寺还能参加“中医名家健康养生讲座”，让名医为健康出谋划策。

TIPS:

温泉节活动时间：2012年11月24日—2013年1月4日（各大旅行社均可报名）活动期间，游客可在“云海温泉舞韵瑜伽主题演出季”中，观赏到美妙的水上瑜伽。还可于12月8日、12月22日参加“中医名家健康养生讲座”，让名医为你的健康出谋划策。此外，12月初，华侨城还将举办“泰州华侨城杯”高尔夫邀请赛及环湖自行车赛，有兴趣的游客可亲身参与。

自驾线路：上海沪嘉高速—沿江高速—过江阴大桥—盐靖高速（盐城方向）—溱潼出口—泰州华侨城

地址：江苏姜堰溱湖大道2号
咨询电话：0523-88628888