

B2

九曲黄河第一弯处
西域胜景同仁古城

B3

在香港享受美食文化

Travel Weekly

新民旅游

本报副刊部主编 | 第 407 期 | 2013年 5 月 14 日 星期二 责编:姚冬梅 视觉:董春洁



B4

在英国
疯玩“圣派
特里克节”

暑期，
『韩国邮轮之旅』
将起航

立夏过后暑期在望，本市旅游业已策划暑期游节目，推出“暑期韩国邮轮之旅”，走釜山、济州岛两地，并有一定优惠。

具体行程：第一天：晚登轮，开始梦幻之旅。第二天：享受宫殿般的邮轮，有健身房、桑拿、游泳池等，可观看各类歌舞表演秀。当然，邮轮上的美食，每一场都不要错过，可吃五餐，餐餐有特色哦；自助、烧烤、点餐，奢华如过年。“血拼族”则可过足购物瘾，免税店里，从包包、手表、服装到化妆品，全是大牌。第三天：晨抵釜山。釜山是韩国第二大城市，旅游资源丰富，有众多的岛屿，著名的海水浴场、美丽的山峦、古老的寺庙，当地风格独特的海产品也相当有名，特别是生鱼片，新鲜、美味，还有小吃东菜煎饼等，值得一尝。第四天：抵有“浪漫之岛”美誉的济州岛，有诸多韩剧在这里拍摄，你可上岸一领风情。第五天：继续邮轮娱乐，舞台剧、音乐剧、喜剧，每一场都很精彩，你可不花钱一一欣赏。

福康

点评：此4晚5天的“暑期韩国邮轮之旅”，邮轮为亚洲最大的“双子星”号，如你没乘过豪华游轮，暑期不妨携家人作一次浪漫海上之旅，因为性价比高，一张船票3760元/人，同舱第三人3300元，包吃住。提醒游客，现已开始办理预约，并有特别赠送——釜山上岸观光送济州岛游览；设62362588服务热线，有问题可咨询、投诉。

“锦江旅行家”
推出优惠活动

日前，一站式旅行预订网站“锦江旅行家”宣布：投入数千万元资源，推出让利优惠活动，活动即日起至5月31日止。

自去年4月上线至今，“锦江旅行家”凭着优质产品、多元的服务、专业的团队，以及近千万的“锦江礼享+”会员俱乐部注册会员，多项业务得到了快速发展，迅速成为国内受欢迎的在线旅游直销平台。此次将会连续推出多重优惠，如所有登录“锦江旅行家”网站的游客，可在周年庆活动页面无限次免费领取产品优惠码；官网每天还将送出多款特惠游产线，其中更有低价线路；此外，凡是去年成功预订“锦江旅行家”产品，并成为“锦江礼享+”会员，赠送一张使用有效期至今年年底的优惠券。

张俊龙



陕北黄河边上
游清水湾



■ 农家窗户外挂着调味用的红辣椒

提起陕北的黄河大湾，最先让人想起的就是位于延川县境内的乾坤湾。游完乾坤湾，车从高处向下盘旋，突然清水湾闯入眼帘，于是临时起意一游。



■ 手工蒸馍很有嚼劲



■ 撒上“扎蒙”的汤，喝一口香到心里



■ 黄河边的石碾

停车登上崖头，见两岸悬崖峭壁，岩石层层裸露，而黄河之水从天地相接处涌来，并随意勾出了一个“C”形大弯儿，又缓缓流去——这就是清水湾。远处山峦重叠，河道白练飘逸，峡谷中弥散着神秘的气息。在河边的小村，我们找了一位刘姓村民当导游，游览这黄河边的大弯。据介绍，清水湾过去有个关口叫清水关，在清水崖上，为关津要隘，历代有驻军把守。1936年5月2日，毛泽东率领中国工农红军抗日先锋队就是从清水关渡口西渡黄河回师陕北。导游将我们带到一处险要悬崖，只见崖高千仞，山势雄浑，层峦叠嶂；黄河在脚下打着转转，人离悬崖数丈，就有头晕目眩的感觉，这就是“清水关”。在悬崖边上遗留有巍峨石砌关墙。崖与墙之间，有一条独径通到河边，台阶凿在一块巨大的悬石上，行走时必须手扶石崖，真可谓一夫当关，万夫莫开。

顺着河边，有一长溜平地，导游说过去这儿是个县城，明清时代曾是一个热闹的渡口、繁华的集市，有店铺、染坊、酒馆，一到集日，四里八乡的人都会带着自产的粮食、皮毛、烟草来这儿交易，最鼎盛的时候这里每天来往的船只有几十艘。现在，清水关渡口已荒凉，只剩下一个破旧的小院，有两位老人住在这里。院外的山坡

上，临河处是那个标志性的石碾子——石碾子在当地人眼中，是农家的一条小青龙，而黄河是条大黄龙；据说当年毛泽东过黄河时，曾坐在这石碾子上休息。

在清水湾玩了一上午，导游邀我们去他家尝尝地道的陕北农家饭，我们欣然接受。导游家是个典型的陕北农院，院子里有成堆的南瓜、红枣、辣椒、玉米，石桌上还晒着细碎的野花，导游说这是“扎蒙”，陕北的一种野花，可当香料用。饭做好了，是一大锅面疙瘩汤和一大盆馍，导游在汤上撒上炸得焦黄的“扎蒙”，立刻，沁人心脾的香味飘溢出来。喝一口，香到心里。

【旅游提示】

位置：陕西延川县土岗乡。

交通：先到延川县城，然后租车去清水湾，沿途是新修的三级公路，平坦舒适，30公里。

住宿：黄河边上小程村有“农家乐”，其中程家大院是陕北首家星级“农家乐”，安排有陕北特色的演艺节目；也可住农家窑洞，推荐贺彩虹家、老程家，40元/晚。

饮食：以面食为主，麻汤饭、摊黄儿、油馍馍、荞面搅团、烧圪卷、延川凉粉，很有特色。

特产：狗头枣、花椒、剪纸、手绣鞋垫、布贴画。

建议：可顺游周边的壶口、延白英。



■ 清水残关

旅游小百科

旅游谨防汽车病

保持空气新鲜 车厢内人多，人体代谢产物也多，其中二氧化碳排放量最多。当空气中二氧化碳浓度达到0.5%时，人就会出现头晕、头痛等不适感，加之汽车发动机产生的一氧化碳，均可使车厢内的空气质量下降。因此，车窗要适度打开，通风换气，保持车厢内空气新鲜。

预防下肢水肿 长时间乘车时不要总是坐着，应随时变换一下体位，或者站立一会儿，或者抬高下肢一下，也可用手从上往下进行下肢按摩，以助血液回流。

预防晕车病 在出发前半小时服用晕车宁，可预防晕车病的发生。在旅途中要尽量减少头部活动，可将头部靠在椅背上，闭目养神，避免看窗外移动的景物。一旦出现全身乏力、头痛、恶心、呕吐等，应于靠窗处闭目仰卧，保持安静。

谨防传染病 车厢是公共场所，乘客中若有流感者，会通过谈话、打喷嚏、咳嗽等途径将病毒传染给他人。另外，车厢内的拉手、椅背扶手、车窗等部位，均不同程度地带有细菌或病毒，要加强防备。 章文龙

信息快车道

港龙航空新推
欧洲五国美饌

即日起至10月，港龙航空在指定航班从香港前往北京及上海的头等及商务舱，推出法国、德国、意大利、西班牙及瑞士的地道佳肴。

新菜单中40款源自欧洲五国经典菜式，包括选用各国著名的食材，如瑞士芝士及香浓奶油酱汁、意大利面及蔬菜、法国红酒及香草、德国香肠及酸菜，西班牙肉肠和西红柿等，在万米高空为乘客带来不一样的味觉享受。 姚佳

青岛世园会
明年4月开园

2014 青岛世园会选址崂山余脉百果山森林公园，明年4月正式开园。

此次世园会主题为“让生活走进自然”；以“七彩花艺”为会徽，吉祥物名为“海精灵——青青”。园区总面积241公顷，总体规划创意为“天女散花、天水地池、七彩飘带、四季永驻”，基本空间结构为“两轴十二园”。园区规划建设主题馆、植物馆等重要建筑，总建筑面积约11.5万平方米，其中主题馆功能包括主题演绎、花卉竞赛、游客服务等。4月25日正式开幕，至10月25日结束，为期184天。本届世园会由国家林业局、山东省政府、中国贸促会、中国花卉协会主办，青岛市政府承办。

此外，青岛世园会将举办花卉国际竞赛（室内），竞赛项目共有9个主题：风韵中华、花宴狂欢节、母爱绽放、诗意生活、人间乐韵、浪漫家居、诙谐自然、秋日私语、最美餐桌。参赛的单位和个人可通过填写竞赛确认书或登录青岛世园会官方网站下载报名表，进行报名。任竹青