

反季节游三亚攻略

很多人只知道冬天的时候去三亚过夏天,但是有没有想过三亚真正的夏天是什么样呢?三亚是美丽的天堂,可是一进入夏季,在很多人的眼里三亚的烈日和高温让绝大多数的游人望而却步,怕晒黑怕高温怕中暑,以上理由足以熄灭我们旺盛的旅游热情。那有没有可能在夏季避开烈日,过一个价格打折、游玩质量不打折的清爽假期呢?

在此特别推荐一个反季节玩转三亚的独家攻略。

夏季玩三亚的理由:

其实,夏季去三亚,首先成本要降低很多,机票、酒店、景点到处都在打折,实在是工薪族的好去处。

其次,此时很多酒店和网站都在做品类繁多的促销活动,联合诸多的旅游资源做一些性价比极高的超值套餐。此类实惠的活动和优惠的价格是平时和旅游旺季绝对拿不到的。

第三,夏季去三亚,不会再和乌泱乌泱的人群去挤一个海滩,所遇到的服务都将是前所未有的周到,如果晒黑一点,穿双人字拖,顺便学学海南话,时不时地冒两句“哇呆机?”(多少钱)“班日地”(便宜点)。

第四,夏天可以去三亚狂吃水



三亚风光

果,价格便宜种类繁多,木瓜、火龙果、红毛丹、榴莲,你能想到的热带水果在这里都可以找到,而且都是新鲜热乎的。

出游准备:其实三亚的夏季天气还可以,绝不会是闷热得令人心烦意乱的那种。只要不是顶着太阳,就不会感觉太过炎热。而且基本每天中午前后都会下场雨。不是我们

想象中的那么炎热无法抗拒。阴凉的地方都是湿润的海风吹来,当然白天出游要记得太阳伞戴帽子和涂防晒油,最好下午4时前呆在房里不要出门。

物品准备:护肤品、泳衣、替换衣物、替换内衣裤、洗发乳、护发素(必备,海水很伤头发)、太阳镜、太阳帽、眼药水、药物(抗过敏药、止泻

药、感冒药、止痛药、邦迪、消毒棉球等)、随身听、现金、银行卡、身份证、手机、充电器、纸、笔、食品、擦汗巾、沙滩拖鞋、太阳伞、鼻舒、三亚地图。

住宿指南:三亚有3个主要的海湾:大东海、三亚湾和亚龙湾。亚龙湾是国内最美的海湾,海水颜色非常有层次感,沙滩洁白,也可以拾贝壳,晚上的沙蟹好多。但亚龙湾酒店的消费也是最高的,离市区比较远(25公里),购物、吃饭、出行都不方便,湾内吃饭较贵。打车去市区,来回要80~90元。大东海开发最早,海水和沙滩不如亚龙湾,酒店价格相对亚龙湾要便宜,距离市区很近,餐饮方便。三亚湾是近年三亚市政府投巨资绿化改建的海滩,著名的椰梦长廊就在三亚湾,这里的沙滩比亚龙湾的要平坦,沙粒更细,还可以看美丽的落日,但海水质量不如亚龙湾的好。不考虑价格的话,首选海滨的酒店,但话说回来,其实大可不必多花银子住海景房。因为每天除了晚上睡觉,呆在房间的时间并不多,有兴致凭栏望海的时候,早想着直接投奔大海了。此外,三亚的老酒店很多,最好入住新落成的酒店,其硬件设施相对较好。 (新旅)



教你一招

登山小窍门

登山具有怡神健身之功用,山林壑清幽,景色优美,怎样才能使攀登更加轻松容易?专家们总结出了登山窍门:

做好健身运动

如果将攀登的山比较高或者平时较少参加攀登运动,那么,在登山之前做一些热身运动是很必要的。即利用10~20分钟做一些肌肉伸展运动,尽量放松全身肌肉,这样攀登时会觉得轻松许多。

增加弹跳动作

向上攀登时,在每一步中都有意增添一些弹跳动作,不仅省力,还会使人显得精神,充满活力。

别总往高处看

登山时不要总往高处看,尤其是登山之初,因为你的双腿还没有习惯攀登动作,往上看往往使人产生一种疲惫感。一般说,向上攀登时,目光保留在自己前方三五米处最好。如果山路比较陡峭,则可作“Z”字形攀登,这样比较省力。

转移注意力

登山时千万不要总是想着山有多高,爬上去还需多少时间之类的事情。不慌不忙,走走停停才能体会到爬山的乐趣,不会错过美丽的风景。在疲惫时,可以多观赏一下周围的景色,也可唱唱歌,转移注意力,倦意会有所消减。

下山要放松

下山一定要控制住自己的脚步,切不可冲得太快,这样很容易受伤。同时,注意放松膝盖部位的肌肉,绷得太紧会对腿部关节产生较大的压力,使肌肉疲劳。 (燕赵)

丽江进入旅游旺季

进入暑期以来,风光旖旎、气候宜人的云南丽江迎来旅游旺季,众多海内外游客前来丽江休闲度假,领略民族风情。据统计,2009年上半年,丽江已接待游客超过340万人次,同比增长26%。新华社记者蒯以光摄

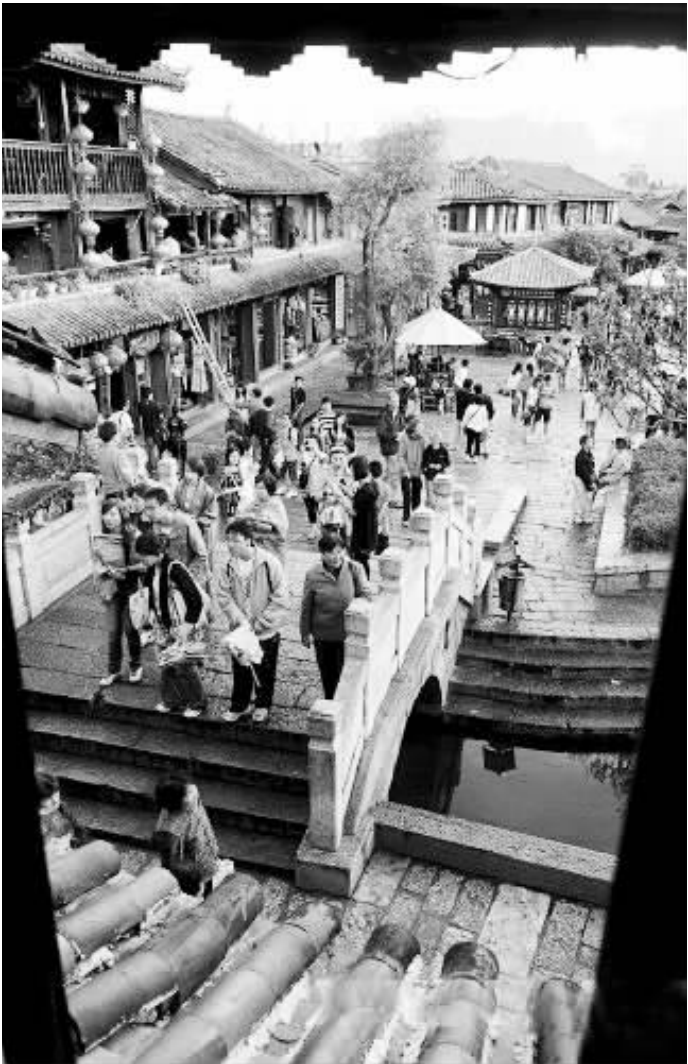
►游客在丽江古城内游览(7月27日摄)



▲众多游客在丽江观看实景演出《印象·丽江》(7月28日摄)



▲游客坐船游览丽江拉市海湿地公园(7月29日摄)



清凉重渡沟 山水任逍遥

逍遥重渡林海中,品味花前月下情。赏竹看瀑纳清凉,此生独此重渡沟。

避暑活动:1.啤酒音乐爽一夏,水乡风情醉一生。“绿色狂想曲·仲夏夜之梦”重渡沟首届水乡风情·音乐啤酒节7月25日重磅推出“酒神争霸”、“干杯吧,朋友,爱醉竹乡”、“千人共饮”等4个主题活动,将演绎一场山间的绿色狂想曲和一个时尚浪漫的仲夏夜之梦!2.小

桥、流水、竹林、人家……重渡沟如一幅满目青翠的画廊,遍写“北国水乡的清凉故事”;飞瀑流泉、碧水穿行,使你享受不尽浪漫风情。3.重渡沟演艺广场举办精彩纷呈的演艺节目,为消夏避暑的游客免费奉送丰盛的文化大餐。每晚的泼水大赛,让游客尽情泼洒幸福,真正感受夏季重渡沟水的清凉、水的激情、水的欢乐、水的浪漫…… (重渡) 景区网址:www.chongdugou.net

市民最信赖的旅行社

周 口 天 马

以人为本
创一流品牌
电话:8210333
13603946767
地址:周口八一宾馆

周 口 金 辉

诚信之旅
首选金牌
电话:8231399
13903875999
地址:六一北路(五一广场东)

周 口 悦 君

品牌保证高质量
实力打造低价位
电话:8200800
13703876936
地址:人民东路四中西20米路北

周 口 新世纪

跟我出游
包你满意
电话:8229950
13903942026
地址:周口市人民东路四中东100米

周 口 新 闻

与新闻同行
让快乐相伴
电话:8282116
13949970769
地址:七一东路(周口日报社楼下)

周 口 国 旅

出境旅游
惟有国旅
电话:8212555
13137687657
地址:七一路(京华百货楼下)

华 夏 风 情

握手华夏风情
诚邀天下朋友
电话:8365588
15836299866
地址:八一路沙南供电分局对面

扶 沟 鸿 昌

鸿昌旅游
行者无疆
电话:6220196
15939442122
地址:扶沟县北关中行北邻

鹿 邑 真 源

让游客满意
是我们的追求
电话:7288065
13938075160
地址:鹿邑真源大道电影院北(图书馆三楼)

旅游贴士

山区旅游如何躲避泥石流

夏天是旅游高峰,到祖国的名山大川看看真是饱眼福。然而,每到汛期,到山区旅游的人群遭遇山洪或泥石流灾害时有发生。因此,汛期旅游一定要注意安全,以免导致不必要的损失。

专家告诫,在泥石流多发季节,尽量不要到泥石流多发山区旅游,野外扎营时,要选择平整的高地作为营址,不要在有滚石和大量堆积物的山坡下或山谷、沟底扎营,若在沟底内游玩时,一旦遭遇大雨、暴雨,切记不要在低洼的谷底或陡峻的山坡下躲避、停留。如发现泥石流袭来时,千万不要顺沟方向向上游或下游跑,要向与泥石流方向垂直的两边山坡上面爬,迅速离开沟道、河谷地带,且不要停留在凹坡处。而且,千万别在泥石流中横渡,在泥石流发生前已经撤出危险区的人,在暴雨停止后不要急于返回沟内住地收拾物品。如果受困,要尽快拨打110、119等报警求救电话。 (山西)