

鸟巢将变身滑雪场

成北京市区最大滑雪乐园

本报综合消息 继 11 月初将跑道改造成世界顶级赛车场之后,国家体育场鸟巢 2009 年年底还将迎来最大的一次“变身”,成为北京城区最大的一座滑雪场。12 月 19 日,鸟巢场馆内的红色跑道和绿色草坪将全部被白茫茫的积雪覆盖,精心搭建的滑雪高台、雪山舞台以及冰雪森林等景观届时将悉数亮相。

据从国家体育场有限责任公司了解到,12 月 19 日,鸟巢将迎来首届“欢乐冰雪季”,届时,包括主场馆和热身场在内的 5.7 万平方米场地将被改造成一座连接鸟巢场馆内外

的滑雪场,为国内外游客和北京市民提供一个冬季参与冰雪活动的全民健身场所。11 月 29 日下午,3 台摆放在鸟巢中央的造雪机里不断飘出一片洁白雪花,霎时覆盖住了地面上的草坪,不远处的南侧看台上,工人们正在忙着拆除部分座椅,并在拆除区域覆盖上一层防水布。据国家体育场有限责任公司副总经理杨城介绍,拆除座椅总数约 5000 个,拆除后将建造成 6 度斜坡的飞碟滑道,雪道长约 80 米,分为波浪形和蛇形等,“游客购票后可直接从滑道坐着雪圈滑行到场馆内。”

从滑道滑下后,呈现在眼前的就是巨大的戏雪区,最吸引人的当属现场一座高达 20.08 米的雪山,游客除了可以尽情打雪仗、堆雪人,还能享受到狗拉雪橇带来的乐趣。“如果游客觉得不过瘾,还可以从西北区的环廊通道直接进入惊险刺激的自由滑雪区。”杨城介绍说,占地约 3.7 万平方米的热身场主要分为自由滑雪区、雪地摩托区等,自由滑雪区拥有一条高 10 米、长 100 米的专业滑雪坡道,游客需穿着专业的滑雪服进入游玩,而雪地摩托则要求游客需具备初级滑雪专业水平。

作为落户鸟巢的首个冬季娱乐项目,“欢乐冰雪季”将一直持续到 2010 年 2 月 20 日,开放时间为每天 9 时至 18 时,周末及节假日延长至 21 时 30 分,票价为平时 120 元/人,节假日 180 元/人,1.2 米以下儿童免票。据介绍,为了营造最好的游玩效果,鸟巢将于 12 月 10 日起正式为场地造雪,预计用水约 3 万吨。与举办世界车王争霸赛期间不同的是,场馆内的跑道和草坪将全部保留,仅在上面覆盖一层竹胶板和防水层后便开始造雪,雪场深度为 40 厘米。“欢乐冰雪季”期间,工作人员



欢乐冰雪季现场效果图

将会在每天后半夜为雪地清洁、补雪,保证游客每天都能看到干净的雪。

考虑到奥林匹克公园游客较多,“欢乐冰雪季”每天接待游客最多为两万人,瞬间最大客流量 5000 人,游客可自带雪具,也可直接到现场租赁。

奥林匹克公园管委会常务副主任王春表示,北京奥运会后,鸟巢不断在承办体育赛事和文化演出等方面做出了积极尝试,并获得了成功,今后还将为国内外游客推出多项精彩纷呈的活动。

(华锴)

出游装备



滑雪场上 必不可少的装备

享受冬季,感受冰雪,滑雪是个好办法。约朋友去滑雪,安全最重要,都需要什么装备呢?

滑雪器材主要由滑雪板、滑雪杖、滑雪靴、各种固定器、滑雪蜡、滑雪装、盔形帽、有色镜、防风镜等组成。通常滑雪场都会有器材出租,一般的游客最好租借。下面介绍挑选滑雪器材的一些注意事项。

第一、滑雪板。一般滑雪板有木质、玻璃纤维和金属之分,木质的轻而价格便宜,但易受潮变形,故使用前应该涂抹特制油脂,使不易粘雪及防止雪水浸入。玻璃纤维滑雪板适合任何雪质的雪地,但价格较高。铝合金的金属滑雪板在深雪及冰面上回转轻便,价格也较高。目前有将这三种材质混合制成的滑雪板,最受滑雪爱好者欢迎。

第二、滑雪杖。简称雪杖,其作用是帮助滑行及维持身体的平衡。选择时以质轻、不易断折、平衡感好、适合自己身高的原则。一般由拦雪轮起算,最长不过肩,最短不低于腋下。

第三、固定器。所有的滑雪板上都有将滑雪靴固定在其上的装置,在滑雪者跌倒时固定器会迅速松脱,因此是避免滑雪伤害的重要防护器具之一。

第四、滑雪装。应以保暖、防风雪、舒适合身、不妨碍行动及尽量减少风的阻力为原则。专业的滑雪装虽质量精良,但价格昂贵,因此一般只需购买实用的普通衣物即可。

第五、滑雪靴。初学者和业余者选择保暖合脚及防水的滑雪靴即可。最好选择靴筒较低的短靴,以免影响足踝的屈转。

第六、有色眼镜不可少。雪地上因阳光反射强烈,必须戴上有色眼镜来保护眼睛。镜架以塑胶制品较为安全;镜片颜色以黄色或茶色为佳。

(新旅)

美景寻迹

冬日北上兴安岭

初冬的黑龙江寒冷又萧瑟,是真正的北大荒;去伊春地区看小兴安岭也不过是光秃秃的树杆子,正是看花太晚看雪还早的时节。然而这个时候进森林却别有一番乐趣在。

旅游淡季,很容易买到从哈尔滨到汤旺河的火车票,翌日一早就到目的地了。包车赶往汤旺河石林,一头就扑进了森林里。石林以造型各异的火山石出名,自然造就的元宝、水牛、蟒蛇等无一不惟妙惟肖。天长日久,火山运动留下的玄武岩上,风带来种子,经春风春雨长成参天大树,形成树在石上生的奇观,演绎着沧海桑田的变化。这里的植物种类繁多,有极好的木材,也有不少中药和野果,早一个月来就能品尝到各色的野生果实。如今过了硕果累累的季节,还能感受一下北方的“荒芜”,树林中铺满厚厚的落叶,踏上去就像是一层地毯。以清澈的蓝天为背景,白桦、黄叶和松树充满了颜色分明的层次感。汤旺河石林还是天然的森林浴场,举目四望,树枝上挂着片片松萝,这就表示汤旺河地区远离污染。

在石林穿梭,不免要将汤旺河石林与云南石林比较。相较云南的石林,汤旺河的石林自然天成,景区游人少,在茫茫林海的映衬下



皑皑白雪覆盖下的汤旺河景区

显得冷峻沧桑,没有云南石林的脂粉气。到了秋冬季节,林中就更为寂静,只有偶尔的鸟鸣和小兽的声

音传来,还有一条汤旺河水常伴左右,清水潺潺,倒映着澄澈的天空和岸边的树影。

(俞然)

旅游播报

哈尔滨冰雪大世界票价上涨

久负盛名的冬季旅游景区哈尔滨冰雪大世界票价今年已确定为 200 元/人,比去年上涨 50 元;

太阳岛雪博会票价 150 元,较去年上涨 30 元。

据悉,哈尔滨冰雪大世界造景

采冰工作将于近日启动,冰雪大世界、太阳岛雪博会将在 12 月下旬与游客见面。

(范迎春)

旅游百科

旅途疲劳 食疗可消除

外出旅游,登山爬坡,体力消耗更大,容易产生疲劳,有什么方法可以消解呢?

人产生疲劳是因为活动量大,机体新陈代谢加快,产生大量乳酸等酸性代谢产物,堆积在肌肉,引

起腰痛的感觉;滞留在体液,导致神经疲惫。

用按摩、热水泡脚,改善肌肉酸痛;还可以多食用成碱食物,能中和体内酸性产物,有助体液酸碱平衡,消除机体疲劳。

成碱食物有海带、紫菜、菠菜、萝卜、土豆、香蕉、苹果、柿子等。水果虽然有酸味,但化学上属于成碱食物,含水分又丰富,旅途中宜多选用。

(陈远飞)

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
首选金辉

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
诚交天下朋友

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)