



温泉名城 养生福地——武义

中国武义第八届温泉节暨第五届国际养生博览会欢迎您

(2014年10月17-26日)

武义，有“浙中绿谷”之称，自然生态景观多姿多彩。全境近四分之三是山林，绿林覆盖，空气优良。这片碧绿而宁静的自然环境，为养生延年提供了优越的绿色空间。

唐代著名养生大师叶法善，从小生活在武义，其推崇的叶家养生文化在武义延传不绝，俞源、郭洞、寿仙谷石井里等，就是史上著名的长寿村。武义宋代始设的“长寿乡”、“寿圣乡”、“寿星乡”等地名，也是养生福地和养生文化的历史烙印。

据有关统计，2006年以来，武义已有30多位寿逾百岁的寿星。目前武义县人口平均预期寿命达73.26岁，高于全国水平；六旬以上老年人占17%，高于全省比例；80岁以上老人高达4.38%，比全国高出2.9个百分点。

如今的武义，又在全县开启了生态景区全域化建设新征程，他们用“气养、水养、体养、食养、药养”这五养来解读千年养生福地的新内涵。



气养——吸纳 清新健康

武义县森林覆盖率达72%，空气质量优良率100%，全县目前拥有国家森林公园、省级自然保护区8处。其中，牛头山国家森林公园，森林覆盖率达98.3%，被誉为“浙中绿谷，华中生物库”，又因风景秀丽被称为“江南九寨沟”。

水养——尽享 天赐仙汤

武义盆地是个地热田，蕴藏着丰富稳定的温泉资源。目前日涌水量可达2.4万吨，这里的水含有20多种有益人体的微量元素和矿物质。在武义，各种大小不一的温泉池，带给人们不同的身心感受。

体养——体验 天人合一

现今的武义用“四行”来诠释自然生态与人体运动之间“体养”的关系。

慢行武义。讲究养生，讲究天人合一，是隐居在武义气息里最深的文化。武义的九式太极拳养半功，融入心意六合拳、太极学、形意学、八卦学、气功等中国传统武术内家及武义养生文化的元素，具有动静相宜、意气相随、动静相兼、简单易学的特点，已列入浙江武术锦标赛并广为流传。

车行武义。绿道悠悠，在武义无论是驾车还是骑车慢行，都是种享受。武义田园休闲绿道像一条绿色的珍珠项链，串沿途河流、公园绿地、自然保护区、风景名胜区、历史古迹和城乡居民区等串联成一个大景区，风光无限。

步行武义。步行青山秀水之中，登顶于云穿缭绕处，不失为一神清气爽且惬意的养生方式。牛头山国家森林公园，主峰海拔1560米，是浙中地区的第一高峰；天坛岩景区内分布着大小不一、千姿百态的丹霞洞穴，其中丹霞赤壁尤为壮观，是中国最大的丹霞赤壁。

舟行武义。武义有许多溪流，牛头山的神牛谷漂流，峡深流急，碧波皮筏漂流堪称“浙中第一漂”；寿仙谷漂流，总落差70余米，落差位40余处。在武义的溪里，游客能体会到浪遏飞舟的激情，也能体会到轻舟荡漾的浪漫。

食养——品尝 绿色有机

武义境内物产丰饶，富有特色。

宣平莲子是清甜贡品，莲蓬的独特之处，在于颗粒较大，碎而不烂，味美爽口。它含有高蛋白、钙、磷、镁和氧化铁心刺宁碱等有益物质。

武义，不仅产莲出名，紫交稻、水果、高山蔬菜、食用菌、山茶油等特色产品，也是现代都市人非常喜欢的有机食品代表。武义，还有3万多亩有机茶园沐晨露、浴晓霞，有机茶创证面积居全国之首。

药养——汲取 天地灵气

叶法善养生思想是武义国药养生文化重要源头，国药养生文化深深植根于武义民间。

寿仙谷药业凭借2900多亩有机铁皮石斛、赤灵芝、藏红花等名贵药材生产，誉满海内外，被誉为“中国第一有机药基地”，是浙江首家中药养生旅游示范基地。

在武义有许多菜谱，还能吃到许多根据当地名贵中草药资源而开发研制的养生菜品：太极养生羹、茶道灵芝鸡、木瓜藏红花雪蛤羹……

武义名片

- 中国温泉之城
- 国家旅游名片
- 国家有机产品认证示范创建区
- 美丽中国·生态旅游(十佳)示范县
- 中国有机茶之乡
- 中国有机国药基地
- 中国电动工具制造业基地
- 中国旅游休闲产品出口基地
- 中国文教用品生产基地
- 中国门业产业基地
- 中国扑克牌生产基地
- 全国生态旅游示范县
- 中医药文化养生旅游示范基地
- 中国超市之乡



· 国家AAAA级旅游区 · 中国道教之第九洞天 · 中国红色旅游十大景区 · 中国最佳山村旅游胜地之一

爱你——“柿” 柿柿如意

2014第十二届四明山丹山赤水柿子节

活动时间：金秋十月

寻四明秋色/游柿林古村/登道观祈福/品高山土菜/享丰收果实

地址：宁波市余姚大岚镇柿林村 景区热线：0574-62332222 营销热线：0574-87786171 网址：www.dscs.cn

自驾游指南：★宁波—樟村—细岭—大岚—柿林古村 ☆余姚—梁弄—大岚—柿林古村

各大旅行社均可报名

石浦海鲜嘉年华

2014·11·8—12·8 石浦渔港古城·海峡广场

游渔港 赢50万豪礼 (天天有惊喜 周周开大奖)

1. 石浦海鲜嘉年华开幕式

1、活动地点：石浦海峡广场、石浦渔港古城
2、活动时间：11月8日下午14:28
3、活动内容：
(1) 渔港百俱
(2) 丰收表演

2. 石浦渔港古城小吃文化节

1、活动地点：石浦渔港古城
2、活动时间：11月8日—12月8日
3、活动内容：
(1) 古城“十六道渔港小吃”
(2) 石浦渔港海鲜文化摄影作品展
(3) 石浦渔港古城“怀旧摄影”摄影摄影活动
(4) 古城渔文化展示
(5) 海鲜拍卖会

3. “渔港百俱”海鲜展销会

1、活动地点：石浦海峡广场
2、活动时间：11月8日—12月8日
3、活动内容：
(1) 活鲜、白鲜样样鲜
(2) 海鲜知识展示
(3) 冬季海鲜养生互动

4. “十六道渔味”冬季品鲜会

1、活动地点：石浦渔人码头、石浦各餐饮点
2、活动时间：11月8日—9日中午、晚餐(启动) 11月8日—12月21日
3、活动内容：超值500元“十六道渔味”、价廉物美的“一鱼六吃”套餐。






象山石浦渔港旅游发展有限公司 4007 808 000 http://www.57shipu.com