

●赏月篇

别错过超级月亮

当中秋月“撞”上“超级月亮”，这将是怎样一轮别样的圆月？会有多大有多圆？别着急，9月28日，农历八月十六，只要天气晴朗，当您晚饭后仰望星空，就能欣赏到这轮超级月亮。在这样静谧的团圆夜晚，亲人、月饼、月光，似乎一样都不能少。

今年观赏超级月亮的最佳时间，是9月28日日出的凌晨和日落后的晚上。简单来说就是满月时月亮离地球近了一些，看起来比其他时间要大、亮。据天文学家计算，超级月亮比普通满月的大小和亮度，均增加大约14%。不过，肉眼看不出差别。

没有专业的天文望远镜、坐不了“土豪”的赏月航班，我们又该去哪儿看月亮呢？今年中秋恰逢周日，考虑到第二天要上班，自然不能跑得太远。其实，只要天气晴好，观看地点可自选，以视野开阔的高处为佳。

想来一家人围坐在一起，咬着月饼，在朝东南的阳台看月亮，似乎也是感觉不错的。如果想更有氛围的话，可以去月湖、东钱湖、三江口，仰望可见一轮皓月，低头俯看水中汪月，也是不错的选择。

也请您拍下您所见到的超级月亮，扫码关注后，发送到微信公众号“甬财通”，与我们一同分享。我们将评选出“最美月亮”、“最有创意月亮”等多重奖项，分别送出特仑苏牛奶一箱，更多参与信息，请发送关键词“中秋月亮”。期待您的参与。

★宁波科学探索中心 9月26日19:00~20:30，将举办一场天文观月活动，市民有机会用专业天文望远镜观看月亮。

★东钱湖福泉山景区 将开展中秋赏月露营活动，游客在欣赏茶园风光的同时，可以采茶、品茶、赏月、祈福，与家人共度良宵。

★月湖盛园 9月26日将举行“文化传承·经典盛园”系列活动之中秋汉字听写大赛，面向学龄儿童。

★江北慈城古县城 9月27日推出“彩云追月赏中秋”节气民俗特别活动，游客可到体验中心参与体验神奇的蓝染技术、剪纸、中国结、布艺、木玩具等活动。

记者 施忆秋 周雁  
通讯员 庄启宁



●健身篇

一起过个健身节

由宁波市体育局、市体育总会主办的宁波市“体彩杯”第三届市民健身节将于10月1日在宁波文化广场万人中心广场开幕，活动为期两天，现场有各种趣味游戏、体育表演、体育竞赛、体育达人、体育文化展。

姜公钓鱼、幸运之门、五环相连、脚定乾坤等13项体育趣味游戏帮您认知更多的体育健身项目；手球舞、中华武术、空竹、甬江操等经典体育表演让您激情澎湃；爵士舞、街舞、体育舞蹈、魔术等时尚火辣展演让您一饱眼福；体育图片、书法作品和传统手工艺等展览，与您共享宁波的体育成果。

市民还能现场报名参加草根体育凡人赛——“快手夹珠”、“气量非凡”和“百发百中”争霸赛，前八名的选手除了能获得丰厚的体育彩票大奖外，还能把精美的体育小泥人工艺品收入囊中。参与挑战项目的市民，还有机会获得地铁纪念票。每晚7点到8点半，现场还有“月光体育”活动等您参与。

交通指南：乘坐公交3路、29路、127路、352路、507路、620路、903路、907路，或乘坐地铁1号线到海晏北路站，从C号门出口，都能到达文化广场。

记者 楼世宇

●旅游篇

各景区推出丰富活动

★象山松兰山度假区 推出金秋到松兰山赶“海”活动，有海上游乐、海鲜美食、沙滩排（足）球、海边嘉年华、帐篷露营等活动。

★象山影视城 9月26日~10月31日，将围绕“江湖英雄会”主题，举办第六届影视嘉年华暨首届中华民间绝活绝技挑战赛活动，中华民间绝活绝技挑战赛、cosplay秀+快闪秀、影视好声音等精彩活动将一一呈现。

★南塘老街二期 将于9月26日开业，推出“南塘有戏”、“南塘游园会”和“南塘艺展”三大板块活动。

★奉化黄贤森林公园 “黄贤第二届馒头节”将精彩上演，游客可观赏到“黄贤巨型馒头”，并体验制作黄贤馒头的乐趣。

★宁海桥头胡双林农家乐 将在假日期间举行农家小吃DIY活动。

★宁海胡陈乡 金秋欢乐季活动有农趣体验之摘橘子、挖番薯等活动。

★凤凰山海港乐园 全新推出“聚萌欢乐季”活动，从国外引进“草泥马”、小矮马、孔雀、荷兰猪、龙猫等新奇特名贵宠物。

★鄞州浅水湾乡村欢乐世界 9月12日~10月7日期间，将举办首届动漫王国玩转“动漫世界”活动，有变形金刚、恐龙世界、动漫梦幻王国三大主题动漫。

★东钱湖 将举办2015国际皮艇球东钱湖邀请赛、东钱湖“彩色骑遇”自行车骑行活动。

★江北五星绿野山庄景区 将举办大型盆景展览活动，游客还可参与登山、垂钓、烧烤、休闲度假、品农家菜等一系列活动。

记者 周雁 通讯员 沈宁 祁珊



●交通篇

铁路增开10对假期列车

★铁路增开10对假期列车

从今天起至10月7日，铁路宁波站将增开10对高铁动车组列车，车次分别为：宁波至合肥南G9486/G9488次，上海虹桥至宁波G9501/G9502次，上海虹桥至温州南G9507/G9508次，杭州东至温州南G9509/G9510次，杭州东至苍南G9511/G9512次，杭州东至宁波G9515/G9516次，上海虹桥至温州南D9575/D9576次，温州南至上海虹桥D9578/D9579次，南京南至温州南G7667/G7668次，温州南至南京D9574/D9573次。

★高速公路小客车免费通行 根据交通运输部统一规定，今年国庆假期收费公路免收7座以下小型客车通行费的时间为：10月1日零时至10月7日24时，而中秋期间高速通行不免费。

各高速入口从9月30日18时起，在入口对小客车停止发卡，改发纸质通行凭证；在10月7日20点后，高速入口再度恢复发放纸质通行凭证，在8日零时前下高速，直接抬杆免费通过，而在8日零时以后，则将按照凭证收取通行费。

宁波境内高速以下路段最易拥堵：沈海高速杭州湾跨海大桥海中平台附近及南北航道桥、庵东出口附近、姜山北枢纽、宁海出口附近，杭甬高速的余姚出口附近，甬金高速的大庙山隧道和两头坞隧道附近，甬台温高速石子山与长溪岭两条隧道附近，甬台温复线高速象山和象山北出口附近。

★宁波机场新增多条航线 祥鹏航空9月24日起新增宁波—安庆—昆明航线，10月1日、3日、6日均有执飞。另外新增的航班有：东航宁波—日本10月1日、2日至7日；东航宁波—曼谷10月1日至7日；新加坡虎航宁波—新加坡10月1日、3日、6日；亚洲航空宁波—曼谷10月2日、4日、6日、7日；济州航空宁波—清州10月3日；德威航空宁波—务安10月5日；天空吴哥航空宁波—暹粒10月7日。

★宁波站北广场大部分公交9月27日通车 铁路宁波站北广场将于明天上午启用，大部分公交车将于后天正式运营。届时，380路、371路、965路、26路、541路、202路、756路、750路、789路、753路、783路、271路的终点站迁至北广场。另外，345路延伸至北广场，156路延伸至终点站南广场。为配合轨道交通2号线，我市新开或调整部分公交线路，主要涉及镇海和鄞州区。

从今天开始，公交部门将开通镇海公交招宝山站至公交清水浦站；393路由原炼化体育馆至镇海区公路客运中心，调整为炼化体育馆至公交清水浦站。541路常规公交线路保持不变，而541路大站线因为和轨道交通2号线基本属于平行线路，也将取消。另外，鄞州配合开通从姜山至冯家的691路。

记者 范洪林 伟  
通讯员 黄跃光 褚惠强 蔡颖 戎伟杰 毛敏尔

中秋国庆双节  
您想去哪里玩

商报记者为您梳理  
赏月、旅游、健身、文化、交通等相关信息



●文化篇

体验传统之美

★保国寺古建筑博物馆 在中秋、国庆两节期间推出“味道·金秋”文化惠民季，在延续传统的基础上，加入更多的新鲜元素。金秋到来，沁人心脾的桂花清香飘满整个保国寺。桂花树下，有桂花糖、桂花茶等组成的桂花市集和虎头鞋、手工刺绣等组成的非遗市集。很多DIY环节区域，可供游客自己动手。还有“巧手筑古建·游走大中国”中国各地名古建模型赏析与竞猜及“时光飞梭 发现古建之美”随手绘采风活动。

★宁波博物馆 国庆活动七天乐将突出两大关键词：“中国传统”和“中国梦”。10月1日的传统服装秀，小朋友们将穿上唐装汉服等中国代表性传统服饰，在光影交织中演绎锦绣斑斓。10月2日的绘长卷活动，设有让所有观众共同参与的动手环节。10月3日，观众将欣赏到专业的古典音乐乐团演出。4日至7日，剪纸、灯笼、陶泥、中国结等浓缩中华智慧与审美的项目，将让小朋友们在体验中“对话”传统。国庆期间，宁波博物馆还安排了每日三次的免费讲解服务及国庆电影连播。

★天一阁博物馆 9月26日推出“海不扬波——海上书画篆刻三人展”，张长春、余英皓、沈爱良三位艺术家将为市民展示新海派艺术魅力。中秋期间，天一阁还特别策划了“月夕赏书画，古阁点佳作”微信互动活动。10月1日上午，秦氏支祠古戏台将上演精彩的曲艺汇，游客可欣赏到民乐合奏、甬剧、越剧、京剧等。10月2日上午，“庆祖国乙未华诞——百米长卷绘祖国”将在南园举行；10月2日下午，“红歌飘过七十年”游客互动活动将以歌曲接唱的形式，在南园唱响经典优秀歌曲。

★宁波市图书馆 9月26日天一讲堂邀请中山大学中文系教授、博士生导师谢有顺，主讲《中国所需要的文艺复兴》。“悦读国庆”系列活动有“大国之风”——纪念抗战胜利70周年大阅兵观后感微信有奖互动。10月1日~7日，将在天一音乐馆视听室举行“电影中的二战”赏析。

★宁波市美术馆 9月28日起展出“我·在”——2015两岸版画艺术工作室联展。

记者 林旻 通讯员 项聪颖 应娜