天气这么热，不妨请假两天去东南亚海边发发呆

资料图片

炎炎夏日，最惬意的旅行莫过于有阳光、海水和沙滩的海岛了。马尔代夫、大溪地虽美，但飞行时间实在太长，而去东南亚旅行不仅路途不长，而且时间、经费可控，游客也不受时差困扰，也不用忙于在各个目的地和景点之间奔波。不妨在周末前请假两天，前往东南亚潜水探险，或是远离拥挤的人群和闹市的喧嚣，在安宁的海边感受自在。

东南亚以其原始无价的自然风光、或是极富历史文化的各色城市吸引着中国游客。在海边，游客更习惯于选择待在同个城市的一个酒店作为游玩的根据地并停留2至4晚，这意味着，周末前后请假两天便能轻松搞定一场出国游。

菲律宾海豚湾

相比热门旅游城市，开发较少的目的地能给你带来原生态的惊喜，有时单单一个东南亚城市就值得花上几天去体验，既有潜水、深海垂钓、冲浪、无人岛探险等多种海岛新奇玩法，也有文化徒步路线、历史遗迹探秘等富含东南亚文化和历史的体验。

在菲律宾的海豚湾，多样化的水下地形、水况、海洋生物以及时常出没的海豚为潜水者打造了水下乐园。热爱潜水的旅客在这里停留4至5天时间，考出一个潜水证，感受趣味的同时也收获技能点。游客还可前往Tamaraw瀑布，感受飞流直下的宏伟壮观。

泰国丽贝岛

丽贝岛位于泰国的最南端，无论从哪儿来这座小岛，旅客都需经过波折的旅途，但落日余晖下的海滩，温柔摇曳的海浪，放慢步调的生活节奏都会让你不虚此行。在夜晚来到芭提雅海滩，海风吹拂下享受美景美食，或是到当地的酒吧和各国友人觥筹交错。你还可以搭乘长尾船去往附近无人居住的小岛，探险或是享受一个人的悠游时光都使你的小长假变得与众不同。

越南富国岛

越南的富国岛保持着自然原始的风貌，未受工业污染，保留着质朴的民风。旅客可在这里游玩3到4天，租一辆电单车，环岛行驶在红泥路上，感受海风吹拂，看潮涨潮落和淡水溪流。夜幕降临，还可去夜市品尝物美价廉的渔村小吃。

马来西亚沙巴

被称为世界上三大观赏落日的地方之一，原因是其海岸线朝西，而西边的海平面上又排列几处岛屿，每年大部分时间的傍晚都可见红霞落日。在沙巴，观看日落有两个地方，一个是丹绒亚路香格里拉度假酒店里的Sunset Bar，另一处是Handcraft market左侧的港口，两处都可以看到唯美壮观的日落。

雅游

在路上，自驾才是最酷的避暑姿势

又到了最适合自驾的时候了，今天就送上“全球TOP11最美公路”给各位老司机们。

美国一号公路

提到最美的公路，似乎怎么样都绕不开加州一号公路。加州一号公路，北起旧金山，南到洛杉矶，全程约740公里。

一边是海天相连的太平洋，一边是陡峭高耸的悬崖山脉，偶尔也能看到一望无边的旷野，这里被《国家地理》杂志评为一生必去的50个地方之一。

哈纳公路

哈纳公路这条“蛇形迷途”的公路沿着毛伊岛北部海岸线蜿蜒向前，终点在哈纳，全长52英里。

通过这条路你需要绕过大约600个弯道，经过54座桥梁，每一处弯道都能看到壮阔的海景、黑沙的海滩、奔流的瀑布还有延绵数里的落叶乔木，无处不在的美景绝对会让你眼前一亮。

蓝岭大道

蓝岭大道从北卡罗来纳州到弗吉尼亚州，以其崎岖的山景和阿巴拉契亚高地的景色而闻名。

阿尔卑斯大道

位于阿尔卑斯大道最高处，离地9090英尺，只在夏天开放，在法国非常著名。

斯泰尔维奥山路

意大利的斯泰尔维奥山路只有15英里，却拥有令人印象深刻的48个回转。道路穿过意大利阿尔卑斯山，有9000英尺高，风景无与伦比。

维多利亚大洋路

维多利亚大洋路位于墨尔本西南，是全长为近300公里的海滨公路，也是全球最不可思议的海岸线驾驶路线之一。著名的十二门徒岩、热带雨林、国家公园、观鲸都能沿着这条公路看到。

大西洋海滨公路

挪威的大西洋海滨公路穿越了七座桥，在这条路上能够欣赏大西洋的壮丽景色。如果你在风平浪静的时候经过，甚至可以看到鲸鱼和海豹。 任游

翰林旅院

翰林学术性专业组课程，再掀报名热潮！

翰林旅院作为宁波公益性学术性中老年精英俱乐部，致力于打造精英社交平台，倡导终身学习，价值体现。公益性学术性专业组既是学习新知识新技能的课堂，又是寻找志同道合的朋友的大平台，同时也是翰林进行有序管理的基础“连队”。

下学期专业组将开设摄影、书法、歌咏、舞蹈、模特、太极拳、水彩画等10个专业组，共15个班级。每位学士仅可报名其中一门专业组课程。

专业组课程一览表（以下所有课程仅限翰林旅院俱乐部成员报名）

序号	专业名称	任课老师	上课时间	招生人数
1	新光摄影社	吕圣心	每月上课一次，原则上安排在当月的第三周进行	50
2	歌咏班（1）	李丹霞	周四 9:00-10:30	50
	歌咏班（2）	李丹霞	周四 13:30-15:00	50
3	“夕阳乐舞”舞蹈班(1)	顾咏红	周五 10:00-11:30	33
	“夕阳乐舞”舞蹈班(2)	顾丽娜	周五 8:30-10:00	20
4	伴夕阳书法班(1)	陈忠良	周一 13:30-15:00	20
	伴夕阳书法班(2)	陈忠良	周二 13:30-15:00	20
5	心飞扬英语口语班(1)	穆金蕾	周四 14:00-16:00	25
	心飞扬英语口语班(2)	朱建中	周二 14:00-16:00	30
6	夕阳红模特班(1)	毛杏素	周三 14:00-15:30	35
	夕阳红模特班(1)	朱玉丽	周六 9:30-11:00	35
7	水彩画班	谢信龙	周一 14:00-16:00	20
8	生活美容班	崔蓉英	周六 8:30-10:30	30
9	越剧戏曲班	陈美丽	周四 9:00-11:00	30
10	太极拳班	吴建中	周四 14:00-16:00	25

翰林学士火热招募中

院长——秦成维老师，浙江省特级教师、宁波市享受教授级待遇中学高级教师。
院长助理——俞瑶，宁波市劳动模范，全国优秀导游员，宁波市优秀高技能人才奖获得者
报名电话：87239143 **报名地址：**宁波市海曙区大沙泥街88号飞扬旅游广场8楼翰林旅院办公室（报名请携带1张2寸证件照和退休证）。