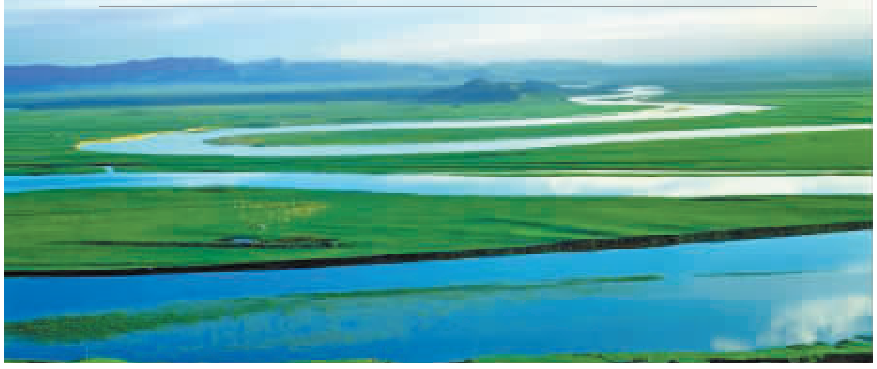
去甘南开始一次洗肺之旅吧

蓝天白云和新鲜的空气，一直以来是人们生活的必需，但是在飞速现代化的进程中，饱受雾霾困扰的人们越来越觉得新鲜空气成为奢侈品，今天我们为大家推荐几处甘南小景，在这里仿佛置身天然氧吧，是你洗肺的佳所。



1.夏河桑科滩

作为全国十大生态草原之一的夏河桑科滩绝对能满足你所有对新鲜空气的要求，蓝天碧草打造成一座天然氧吧，想象一下某一个雨后的下午，望着天边的彩虹，大口呼吸着带有微微泥土香味的空气的感觉，那是多少钱也买不来的。

2.迭部扎尕那

看到山间缭绕的晨雾了吗？那可不是霾哦，扎尕那山位于迭部县西北34公里处的益哇乡境内，是一座完整的天然“石城”，这片世外桃源虽然早在近百年前就被洛克誉为亚当和夏娃的诞生地，但至今仍是一块处女地。

3.碌曲尕海湖

甘南第一大淡水湖，是青藏高原东部的一块重要湿地，被誉为高原上的一颗明珠，1982年被评为省级候鸟自然保护区。尕海湖所在的地域，藏胞称之为“措宁”就是“牦牛走来走去的地方”。尕海湖水草丰茂，许多南迁北返的珍稀鸟类在此落脚和繁殖，黑颈鹤、灰鹤、天鹅等珍禽遍布湖边草滩，空气当然是没的说啦！

4.合作当周草原

当周草原风景区位于合作市郊南山脚下，距市中心2.5公里，这是离市区最近的景区，如果要呼吸新鲜空气，这里就是最近的地方。

5.临潭天池冶海

天池冶海，位于冶力关以北7公里处的白石山与庙花山之间，是一个高峡平湖，当地群众称“常爷池”，它是一天然淡水湖，海拔2610米。湖长5公里，湖宽几十米至几百米不等，池东石崖和白石山相对矗立，池水清中泛绿，山峦树木倒映池中，山水云天浑然一体，随波摇曳，景色异常壮观。呼吸新鲜的空气，欣赏大自然的鬼斧神工，一定是一件令人惬意的事情。

6.玛曲黄河首曲

黄流经玛曲大草原时，突然一个回湾，形成了秀美绝伦的“天下黄河九曲十八湾”之首曲景观。2012年11月1日，甘肃省玛曲县黄河首曲、江苏省淮安市古淮河、湖南省辰溪县燕子洞、河南省商丘古城等43处水利特色突出、文化品位高的景区被批准为国家水利风景区。

7.舟曲拉尕山

拉尕山位于甘肃省舟曲县立节乡东南部的白龙江南岸，距313省道12公里。拉尕山自然景色优美，南山脚下有一小湖泊，清澈见底，湖面如镜。湖水冬温夏凉，人畜饮之，祛病强身，经常洗浴，延年益寿，被人们称作“圣水湖”。

8.卓尼大峪沟

大峪沟生态旅游景区青山滴翠，流水成韵。碧波荡漾的洮河，苍翠茂密的林带，将卓尼环绕、簇拥在令人流连忘返的自然佳境中。簇拥入眼的各类植物是天然的空气净化器。

西声 文/摄

海天一洲
海天赏景
夏日趣作
世界首个海上观景平台
咨询电话：0574-5858 5858

南苑饭店泰国美食节盛大开幕

2015年4月13日，南苑饭店泰国美食节在充满了泰国异域风情的汀兰居自助餐厅盛大开幕。

此次美食节期间，众多正宗泰国美食将在烂漫的异域风情映衬下粉墨登场。香辣鲜美的各式美食将激醒您全部的味蕾神经，美味宛如花朵绽放般在舌尖起舞。冬阴功汤、咖喱大虾、泰式炒河粉、香叶包鸡、泰国咖喱蟹、泰式酸甜香芒炒虾仁等特色美食都将为您原汁原味地呈现！

为了让甬城市民能够品尝到地道的泰国美食，南苑饭店不仅从泰国带来了原料和佐料，还邀请了泰国著名大厨现场烹饪。期间更有泰国传统舞蹈表演。绚丽的泰国传统服饰、律动的舞姿、动听的风情歌曲，让您仿佛置身于迷人的东南亚国度，无须亲自启程即可享受到真正的泰国风情！ 楠楠

青岛 青岛.威海.烟台.蓬莱.连云港双飞四/五日 898
天柱山 天柱山.五千年文博园.清源山等3日 198
山西 五台山.云冈石窟.悬空寺.平遥古城.乔家大院.晋祠等全景8日 特惠 998
青岛 青岛.蓬莱.威海.日照.连云港汽车5日 458
港澳 香港.海洋公园.浅水湾.太平山.澳门.大三巴.妈祖庙.深圳.汕头等双飞6日 特惠 1380
厦门 鼓浪屿.集美.南普陀.永定土楼群5日 498
越南 绿城南宁.北海银滩.外沙岛.越南下龙湾.首都河内.芒街.东兴等双卧9日 特惠 1588
桂林 桂林十大名山.漓江.阳朔.渔村等6日 698
避暑 火爆限量抢购 黄山东海大峡谷.徽州大峡谷.新安江.徽州古城等度假六日 包吃住 包门票 每天仅 47
中原 河南开封.洛阳.焦作云台山.神农园等5日 898
北京 天安门.故宫.长城.颐和园等双飞5日 1380
西安 秦始皇兵马俑.华清池.法门寺等火车7日 1380
泰山 泰山.枣庄.台儿庄.曲阜.济南的突泉等5日 898
海南 三亚.兴隆.亚龙湾.天涯海角等双飞5日 1680
云南 昆明大理丽江.玉龙雪山.西双版纳13日 1880
临安 临安.大明山.白水涧.青山湖等汽车2日 288
湖南 张家界.天子山.金鞭溪.凤凰古城等火车6日 998
四川 九寨沟.黄龙.都江堰.青城山.峨眉.乐山等11日 1980
九华山 九华山.凤凰源.徽商大宅院全包3日 498
庐山 庐山.三叠泉.含鄱口.景德镇瓷都等3日 598
新疆 南北疆.天池.吐鲁番.喀纳斯.库尔勒等双卧16日 六月10.15.20日 5880
西藏 拉萨.布达拉宫.日喀则.林芝.纳木措全景13日 2980
黄山 黄山.古徽州文化经典汽车2日 498 黄山.徽州古城.西园等全景3日 598
宁波玉屏国港旅行社 总部报名 27883822 27883833 27883844 27883855 团队专线 私人完美定制 27722666 27722215 钟公庙店 钟公庙路62号 88201606 88201602 梅墟门店 梅墟路570号 27882001 27882002 洪塘门店 姚江新都七楼 55121287 55121193 五乡门店 五乡菜场路14号 88331283 88331293 舟山公司 定海国东菜场11号 2977882 2977883