



# 享受牧歌青山自然风光,领略民间绝技和独特风俗 天然公园贵州,夏天避暑必去之地

盛夏又至,你想不想过一过这般世外桃源的生活,躲避炎热,回归自然?那么,最佳的选择是——贵州!贵州向来是避暑胜地,又有“国家公园省”的美称,被誉为“天然大公园”,必将给你的夏季增添一抹清凉的亮色,使你远离都市的闷热与烦嚣。

## 避暑贵州方式一:游山 “这里的负离子有乒乓球那么大” 游山推荐地:梵净山

众所周知,梵净山是“贵州第一山”、中国五大佛教名山之一,还是世界人与生物圈保护组织成员,而许多人不知道的是,梵净山也是著名的避暑胜地。这里空气纯净,原始生态保存完好,森林覆盖率高达95%,因此冬暖夏凉,气候非常宜人。进入盛夏,梵净山已是漫山青绿,草木茂盛,形成一个与世隔绝的清凉世界。位于鱼坳的黑湾河亲水平台每天吸引着不少游人到河边戏水,把双脚伸入河中,还可能有野生山麻鱼游过来给你做免费的“鱼疗”。梵净山的皇牌景点蘑菇石,屹立于山顶亿万年而不倒,令人称奇。新老金顶的空旷处山风呼啸,牛尾河峡谷松涛阵阵,令人心旷神怡。这里常年云雾缭绕,佛光、幻影等罕见天象频现,犹如置身仙境。

去梵净山避暑,江口亚木沟也是不能不去的。它位于铜仁市江口县境内,为梵净山八大水系之一,是正宗的“名山圣水”。峡谷内植被原始,石崖峻秀,飞瀑流泉,清水潺潺,古藤环绕,森林覆盖率在97%以上,有珙桐、紫檀、红豆杉、楠木等珍贵树种,负氧离子达到每立方厘米12000个,金丝猴、猕猴、林麝、锦鸡、山麻鱼、胡子蛙、虎斑蝶等诸多珍稀动物在这个天然大氧库里繁衍生息。许多到过亚木沟的游客打趣说:“这里的负离子有乒乓球那么大!”在这里,还可以欣赏原始生态峡谷的自然风光,领略原生态的土家歌舞表演、民间绝技、土家风俗等。



## 避暑贵州方式二:玩水 丹霞地貌上壮美瀑布 玩水推荐地:赤水

位于贵州与四川交界的赤水,山清水秀,植被茂密,水资源丰富,有“竹子之乡”、“桫椤王国”、“千瀑之市”的美誉,因此更是避暑天堂。在炎炎夏日来到赤水,可以观竹海、赏瀑布、游古镇,尽情感受那份清新怡人的旅游乐趣。

来到赤水,首先要去看看这里最著名的景点——赤水大瀑布,这个景点又名“十丈洞”,原因是当地人把瀑布称为“洞”,“十丈”一点也不夸张:大瀑布高76米,宽80米,是我国丹霞地貌上最大的瀑布,也是我国长江流域上最大的瀑布。走在景区内,离瀑布还有100米左右的时候,就能感觉到一股水汽迎面扑来,阵阵清凉,无比畅快。这里最佳的摄影地点就是大瀑布前50米左右的一个观景台,站在这里以大瀑布为背景,可以拍下瀑布全景,十分壮观。

位于大同镇境内的四洞沟风景区,有众多瀑布及丹霞景观,还有保存完好、雕刻精湛的郑氏石坊、茶伦造等人文景点,是赤水“千瀑之市”的形象景区。景区是由四洞沟一段约四公里的山溪间,按大致相等的距离排列着四级跌水瀑布。这四级瀑布瀑宽均在40米左右,落差高者近50米,它们形态各异,神韵俱佳,有如翠螺沐浴,或似新月流光,或若玉蟾戏蛇,或像云中落锦。景区内峰媚岭秀,景色优美,谷底翠竹繁茂,山间林木葱茏,溪边奇形怪状的丹霞石星罗棋布,水中天然植物盆景和丹霞石铺成的道路旁桫椤、小金花茶等国家一级保护的珍稀植物随处可见。在这里徒步赏瀑,其乐无穷。

张青/文 CFP供图

**在日本探寻传统“卡哇伊”源头**  
体验世界著名书画,京都传统代代传承。  
牵手足间透出别样的可爱风情。

**日本精彩无限**

日本国家旅游局 搜索 Japan, Endless Discovery 日本 旅游指南

在传统中探寻日本“卡哇伊”源头

**浙仑旅行网** www.zhelun.com  
选择浙仑 选择品质

## 温泉名汤精致美食之旅(7天)

日本本州 / 世界遗产白川乡 / 温泉名汤精致美食

7月20 / 27日发团 8月3 / 10 / 17 / 24 / 31日发团

**团费: 8999元 儿童: 8600元 (未满12周岁不占床)**

※【宁波直航,尽享舒心旅途】宁波大阪/静冈宁波,7天往返,家门口出发!

※【古都文化】探访京都世界遗产—金阁寺,漫步精致日式庭院。

※【富士山下浪漫花河】山中湖花之都公园花河

※【旅行专家悉心安排】大阪-京都-白川乡-高山古街-富士山-东京-静冈

## 樱桃小丸子乐园动漫亲子游(6天)

日本本州 / 女仆咖啡体验 / 温泉泡汤 / 樱桃小丸子乐园

7月21 / 28日 8月4 / 11日 / 18日 / 25日

**成人: 8700元 儿童: 8300元 (未满12周岁不占床)**

※【宁波直航,尽享舒心旅途】宁波大阪/静冈宁波,7天往返,家门口出发

※【畅游本州各大城市】大阪/京都/长岛/富士山/东京

※【精致美食】5餐精致料理,更有女仆咖啡厅体验、温泉酒店

内百汇温泉自助餐或温泉会席料理。

※【购物血拼哪里去】大阪心斋桥/梅田/原电街/东京银座/

台场DIVER CITY,行程内已安排完善,买到手软。

※【一次畅游三大乐园】

A.长岛温泉乐园(含往返接送,门票自理)

B.樱桃小丸子乐园(含入场券)

C.迪士尼乐园(含往返接送,门票自理)

**热线: 0574-55666888**