

# 吃最“臭”的粉，开最“野”的车，令人欲罢不能的龙城

## ——老班长俱乐部带你游广西双城桂林柳州



中国人最渴望的生活是怎样的？有人曾说“吃在广州，活在杭州，穿在苏州，死在柳州”。

这样的评价于柳州而言，其实丝毫没有贬义，反而充满了对这座城市深深的眷爱。一到春天，26万株紫荆花争相绽放。在柳州，有一座为纪念唐代大文豪、曾任柳州刺史柳宗元而建的柳侯公园，在柳州，有一碗“臭中有香”的螺蛳粉。在柳州，有一个充满烟火气的美食江湖百里柳江。

来了柳州、怎可错过桂林？说起桂林大家都会联想到那中国水墨画似的水风光，乘一叶扁舟漂荡于漓江之上，犹如置身百里画廊，充满诗情画意。乘坐漓江游船，荡漾在山水间，感受唐代诗人韩愈笔下：“江做青罗带，山如碧玉簪”的漓江风光。挖掘“游了银子岩，一世不缺钱”的秘密，感受大型山水奇幻5D秀。

宁波至柳州航线为东方航空首次飞行，航班时间都是白天哦！宁波至柳州08:25起飞，柳州至宁波11:40起飞，针对此航班，飞扬特别为老爸老妈推出了柳州桂林阳朔双飞六日游，献给我们可爱的爸爸妈妈们。

【活动时间】4月22/24/25日

【活动价格】999元/起

【推荐理由】

- 1、飞扬独立成团，20人以上派宁波全陪导游；
- 2、柳州特别安排了全世界排名第五的夜景——



百里柳江；

3、桂林升级一晚品牌型酒店，赠送价值198元经典演出山水间或梦幻漓江。

【报名方式】

- 1. 报名电话：27888599/27888588；
- 2. 微信报名：关注飞扬老班长俱乐部微信号(Feiyangjulebu)，发送 活动系列+电话号码 到公众平台进行咨询；
- 3. 现场报名：
- 4. 新址：宁波市海曙区大沙泥街30号(天封社区医院对面) 宁波市联丰路225号(玫瑰苑旁)



# 土豪迪拜“最爱”吃的水果

## 每天仅需17个，就能满足人体的热量

大家是否知道在那么一个土豪众多的国家中，他们最爱的水果是哪一种呢？他们最爱的水果就是沙漠面包。

这种被称作沙漠面包的水果叫做椰枣，并不是迪拜仅有的一种水果。它这种水果在中东地区是常见的，特别是在热带以及亚热带的环境中经常有这大量的椰枣树，并且这种水果不仅美味，而且有着许多作用，比如说它有滋补的作用，对于身体比较虚弱的人来说有者很大的滋补作用，是非常不错的，也是非常受到喜欢的一种美食，据说这种椰枣因为具有，



很大的能量，所以每天只要17个椰枣，就能满足人体的所需热量。

## 一周旅讯

### 书香桃源·桃花源读书会日前举行

以桃为媒，以书会友。作为2019年奉化水蜜桃文化节的一项重要活动——萧王庙街道林家村书香桃源·桃花源读书会暨“师恩桃源”启动仪式29日举行。

作为此次读书会的领读人，全国政协常委、中国文联书记处书记、中国作家协会副主席白庚胜以国学分享的方式为大家阐述了桃文化，并表示林家村是他心中真正的桃花源，同时对林家村种桃、书法、保护古村落的做法表示敬意。

据悉，书香桃源·桃花源读书会是水蜜桃文化节首次联合宁波读书人俱乐部举办的一个活动，以桃为媒、以书会友，倡导读行合一、学以致用，呼吁当代都市人走进乡村，感受清新自然的农耕文化，在灼灼桃林留下朗朗的读书声。

### 全国首个中国曲协会员乡村曲艺工作站落户天元村

日前，“会员携手筑梦计划走进慈溪天元村”活动在周巷镇举行，授予天元村全国首个中国曲协会员乡村曲艺工作站称号，曲艺名家翁仁康被聘为慈溪“慈孝文化宣传大使”。

慈溪市曲艺曲种多样，省非遗“唱新闻”（小锣鼓）、宁波非遗“宁波走书”以及绍兴莲花落、上海说唱等曲种群众基础深厚、演出市场广阔；一支数千人的曲艺轻骑兵团活跃在三北大地。

### 余姚市马渚镇“运河风情”乡村振兴文明示范线启动

为深入推动农村精神文明建设，实现产业兴旺、生态宜居、乡风文明、治理有效、生活富裕的工作目标，倾力打造“好山好水好生活 有滋有味有故事”的千年运河风情古镇。日前，马渚镇“运河风情”乡村振兴文明示范线在瑶街弄村正式开线。

马渚镇“运河风情”乡村振兴文明示范线，把世界文化遗产—大运河（马渚段）沿岸的菁江渡村、斗门村、瑶街弄村、乐安湖村4个行政村串联起来，将马渚的历史文化、运河文化、稻作文化、产业文化、田园党建文化与渚山的自然风景等元素相融合，全线打造既具有运河风情，又独具马渚“有礼有德乡风文明”特色的运河文明风情线。

# 春天专列来啦！不到两千元，玩遍新疆甘肃宁夏内蒙古

通达国际旅行社作为全国知名的旅游专列运营商，其中的大西北旅游专列以景点多、价格低、服务好，广受游客好评。

大西北旅游专列往年同期售价是3980元，在最适合出游的春暖花开之际，举行特惠酬宾活动，4月25日、26日、5月3日出发的大西北12日游仅1980元！

大西北旅游专列景点很全面，游览乌鲁木齐、天山天池、二道桥大巴扎、吐鲁番、葡萄沟、交河（高昌）故城、坎儿井、火焰山、敦煌、莫高窟、鸣沙山、月牙泉、嘉峪关、中卫、高庙、沙坡头、腾格里沙漠、通湖草原等著名景观。

因为通达国旅每年的新疆组团量很大，而且是新疆自治区旅游局的战略合作伙伴，享受新疆旅游政策补贴，能给游客带来如此实惠的价格。有需要的市民朋友们请尽快报名哦！

通达国旅宁波公司  
电话：87239876 87239878  
地址：宁波市海曙区大来街47-49号亚细亚B座518室

## “大东北全景”旅游专列 赠送俄罗斯旅游

通达国旅的“真正全景大东北”旅游专列，游哈尔滨、圣索菲亚大教堂、斯大林公园、松花江、太阳岛、沈阳、长白山、山海关、北戴河，并且深入大兴安岭腹地，游览漠河北极村，还可以延伸游呼伦贝尔大草原与充满俄罗斯风情的满洲里，每年开行的多趟，每批旅游团好评如潮。

**通达旅游** 我们只做超好的线路 许可证号L-BJ-CJ00534 网址: www.tongdalyou.com

87239876 87239878 87239879

宁波市海曙区大来街47-49号亚细亚B座518室(靠近近行街 中国人保财险对面 城隍庙附近)

**长江** 大型包船 长江三峡全景游 挂牌五星涉外豪华游轮

开航日期 5月22日 6月6日 21日 7月11日 26日 8月5日 20日 9日纯玩团

999

**广东全景** 纯玩 双卧7日 一价全含

2180

**新疆** 不到两千元，玩遍新疆甘肃宁夏内蒙古

大型旅游专列12日

1980

**大东北 真正全景大东北** 深入大兴安岭与漠河北极村 旷世美景大环游

1980

**西藏** 西藏全景 高原旅游专家双卧12日

1980

**张家界** 张家界玻璃桥 天门山 玻璃栈道 黄龙洞 火车7日 凤凰古城 韶山 498

**港珠澳大桥 香港 澳门 广州 深圳 珠海** 双卧6日 1280

**越南** 越南芒街下龙湾河内 南宁 东兴 北海 银滩 双卧9日 天天开班 599

**山西** 1680 双卧8日游

**河南** 火车6日游 498

**中原** 郑州 开封 太行山 洛阳 西安 黄陵 延安 1980

**山西内蒙古** 双卧10日 1880

**贵州** 双卧8日 999

更多线路 青海双卧9日 1580元 广东12城加南澳岛全景游2980元 河南河北山西全景游999元 山西陕西河南双卧12日 2580元 甘肃青海大环游 3680元 甘肃青海宁夏大环游 3280元起 朝鲜双卧8日 3380元