

2019年宁波登山健身步道手册发布

推出11条登山健身步道,包括2条国家级步道和9条区县(市)步道

昨天,“国家百万公里健身步道2019宁波登山健身步道”发布仪式在鄞州区横溪镇亭溪岭古道举行,正式推出《2019年宁波登山健身步道》手册。这是我市连续第二年发布登山健身步道信息,此次公布了11条登山健身步道的路线、交通、特色景观、人文资源、自然资源等详细信息,其中宁海的兰丁-灵山登山健身步道和慈溪的五磊寺登山健身步道为国家级步道,其余9条为区县(市)步道。

11条登山健身步道简介

宁海:兰丁-灵山登山健身步道

线路:兰丁村-上林岗-下林岗-桃花皎-张家-灵山村;距离:14.7km;难度:★★★★☆

从兰丁村入步道,沿溪流一直往上走,不远处就有瀑布和龙潭,以及竹林小道。到达香山驿馆处。出驿馆向五松坑方向走,山脊两边风景宜人,可俯瞰西溪水库。出张家山村沿古道向灵山方向行走,最后到达灵山村。

交通方式 自驾前往:从市区出发走沈海高速到兰丁村,需要约1小时19分钟,到灵山村需要约1小时29分钟。

慈溪:五磊寺登山健身步道

线路:藏云溪-五磊山景区五磊寺-石公馆;距离:5.3km;难度:★★☆☆☆

由石公馆公交站进入村庄,从大岭登山步道入口上山。经过望海亭继续往前走即大岭登山步道的终点。接着是五磊寺后门景区售票处,过五磊寺门口后往前走是公园小路。

交通方式 推荐公交:在观海卫公交中心站,乘慈溪311路可到藏云溪公交站;在宁波客运中心站,乘游1线到石公馆公交站。自驾前往:从宁波市区出发走杭州湾环线高速到石公馆,需要时间约39分钟;到藏云溪公交站需要时间约45分钟。

鄞州:大岭登山健身步道环线

线路:慧日禅寺-东山亭-众乐亭-周家来村-东山亭-慧日禅寺;距离:6.8km;难度:★★☆☆☆

主体部分是瞻岐大岭古道,起于瞻岐镇东一村,经过慧日禅寺、振古寺,至古道入口,沿山而上,可以远眺象山港。

交通方式 推荐公交:1.宁波乘690路、689路公交到岐西公交站,步行2.7公里(39分钟)到慧日禅寺;2.宁波乘621路公交到东二新村东公交站,步行2.4公里(34分钟)到慧日禅寺。自驾前往:从宁波市区出发约39公里可到瞻岐镇,需要时间约55分钟。

东钱湖:岭南登山健身步道环线

线路:韩岭古村-岭南古道-云南禅寺-塔沙岭-韩岭古村;距离:10km;难度:★★★★☆

岭南古道始于东钱湖镇韩岭村,又称云南岭。过韩岭老街、韩岭小学,沿村后机耕路到古道入口,顺古道上行至云南亭,可见四百余年古沙朴树,攀登至瞻云亭,有宋代古迹摩崖石刻,远观东钱湖尽

收眼底。

交通方式 推荐公交:宁波市区可乘906,960,966,968路公交车至韩岭老街公交站。自驾前往:开车从天一广场到韩岭老街大约45分钟左右,有停车场。

余姚:冯村登山健身步道环线

线路:冯村-向天山-柱岭-桃花岭-下冯村-冯村;距离:12.1km;难度:★★★★☆

出入口位于兰江街道冯村。出村后经过下冯冯山塘大坝,从东侧上山。上坡到顶是乌胆山,此处海拔435米,是四明山北麓的最高峰。

交通方式 推荐公交:余姚南站可乘528路公交车前往余姚冯村停靠站。自驾前往:从宁波市区出发走杭州湾环线高速到余姚冯村,约45分钟,冯村路口有停车场。

镇海:茶马古道(桃花岭)登山健身步道

线路:开元度假村-万丈山-三界亭-石英坑水库-横溪庙-寺前广场;距离:9.2km;难度:★★★☆☆

该步道由茶马古道(桃花岭)和南侧修建的登山步道共同组成。步道由寺前广场出入口进入,途经横溪村横溪庙到石英坑水库,沿古道登山可达镇海、江北、慈溪交界处——三界亭,此处山岭称为“桃花岭”。

交通方式 推荐公交:1.宁波市区可在宁波火车站北广场站乘坐965路到九龙湖站下车;2.在公交朱一社区站乘坐388路到骆驼工业区站下车,换乘965路或381路到九龙湖站下车。自驾前往:从宁波市区出发约30公里可到九龙湖游客服务中心,约45分钟。

江北:金沙登山健身步道环线

线路:金沙-永传禅寺-望海尖-三界亭-夹岙岭-通天岭-金沙;距离:9.6Km;难度:★★★☆☆

出入口位于慈城金沙村。从金沙公交车站出发,沿水泥路至永传禅寺,会经过金沙战斗纪念碑。从永传禅寺旁沿石阶上山,上到山脊后,左转经精英亭前行。过延缓岭,到通天岭后从左侧下山,回到金沙村。

交通方式 推荐公交:宁波市区可乘26、331、335、337路公交车前往慈城公交站转336到金沙村公交站。自驾前往:开车从三江口到北山游步道金沙环线只需40分钟左右,金沙村路口有3个停车场。

海曙:深溪龙鹫登山健身步道环线

线路:深溪村-灵鹭禅寺-长轮岗-龙王堂-深溪村;距离:5.4km;难度:★★☆☆☆

步道起点位于深溪村,沿途会经过长生禅寺、龙王庙到达潘家田水库,然后沿茶田山路到达山顶静山茶厂。接着沿林间小道到灵鹭禅寺,再从鹫岭古道返回深溪村。

交通方式 推荐公交:宁波火车站南广场乘301路到中山西路梁祝大道口转610-1路公交到深溪洪家桥头公交站(646路经停此站),步行184米(3分钟)到深溪村。自驾前往:从宁波市区出发约21公里可到深溪村,约44分钟。

北仑:总台山登山健身步道

线路:华峙村-总台山烽火台-总台山-盛岙村;距离:9.5km;难度:★★★☆☆

步道起点位于华峙村村南高速公路桥洞下往总台山上山公路路口,该步道由于修建风车发电场等原因,基本由公路及水泥路步道组成。可经览城阁、望岗亭到达山顶烽火台,还能看到风车及古寺。

交通方式 推荐公交:郭巨客运站公交站乘711路,759路公交车经停。自驾前往:从宁波出发自驾前往需要大概1小时11分钟。

奉化:横坑登山健身步道环线

线路:上横村-虎头山-柏香岩-雨施山-石凉亭-望海尖-九峰山-弄堂山-飞机岗-笔架山-上横村;距离:16km;难度:★★★★★

此路线上有5座超过500米的山峰,有些坡度甚至超过45度,全程长度16公里,不经过任何村庄,没有补给点,具有一定的挑战性。不建议普通登山爱好者贸然前往。

交通方式 推荐公交:奉化隧道管理所(上横)公交站,有奉化286路、奉化271路、奉化273路公交车经停。自驾前往:开车从天一广场到上横村大约55分钟左右,有停车场。

象山:相思岭登山健身步道环线

线路:里考坑村-仙人棋盘-聚仙亭-相思岭村;距离:5.4km;难度:★★☆☆☆

位于大徐镇东南1公里处。步道有多种不同走法,本环线提供的路线从里考坑村电影院附近出发,向东北至岭头庵,途经茶树林、相思花海,从岭头庵右转向东登至元宝山顶、相思树、仙人棋盘,经过仙人矮凳、聚仙亭、仙人脚桶到泗洲堂,然后至相思岭村。再从相思岭村折回里考坑村后结束。

交通方式 推荐公交:公交227、236路,客运东站上,至夏雨亭站下,往回走500米。自驾前往:从宁波市区出发走甬莞高速到相思岭村,约59分钟。

记者 戴斌 通讯员 林健 柴华艳

中国拍卖AAA级企业 中国拍卖百强企业

宁波华诚拍卖有限公司 拍卖公告

受委托,本公司将于2019年6月30日上午9:30在宁波华诚拍卖有限公司公司拍卖厅举行拍卖会。

一、拍卖标的:

- 1、民安路715弄185、189、193、197、199号整体拍卖建筑面积约2642.4㎡,约4660元/㎡,起拍价12313584元,保证金120万元。
- 2、福明路331号<1-1>、<2-1>,建筑面积约135.78㎡,约10327元/㎡,起拍价1402201元,保证金15万元。
- 3、福明路305、307、309号<1-1>、<2-1>,建筑面积约556.92㎡,约8950元/㎡,起拍价4984434元,保证金50万元。

(房产具体建筑面积、起拍价、保证金等详见拍卖清单,拍卖清单可关注公司微信公众号进行查看或向拍卖公司索取)。

二、标的咨询、看样:即日起到2019年6月27日止可自行看样或提前与拍卖公司联系看样。

三、保证金交纳及竞买登记:竞买人须于2019年6月28日下午4:00前自行将拍卖保证金汇入到拍卖公司账户(户名:宁波华诚拍卖有限公司,账号:9902 0006 3121 8690,开户行:民生银行镇海支行,保证金以到本公司账户为准),并于2019年6月28日下午5:00前凭银行进账单及有效身份证件原件到拍卖公司办理拍卖登记手续。

本次拍卖标的对符合按揭贷款条件的买受人可由福明信用社办理按揭贷款。

注:标的1、2、3存在租赁,标的原承租人如按规定缴纳拍卖保证金并登记参加竞买的,在同等条件下享有优先购买权。未按规定缴纳拍卖保证金并登记参加竞买的,视为放弃优先购买权。

四、咨询电话:(0574)87741212、87061859

五、公司地址:宁波市中山东路579号中山银座B座六楼
未尽事宜详见拍卖专场资料

刊登热线:87682558
13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》《东南商报》政府类、企业类、招聘等公告,欢迎垂询!

想做志愿服务 需要志愿服务

请上 **WV 志愿** 服务网

www.nbzyz.org

宁波市志愿服务工作委员会

汇聚志愿力量 共建名城名都