

# “霜降”来了,这个秋天快过完啦 合肥周边有哪些 泡温泉的好去处

□ 记者 董艳芬

昨天是二十四节气中的霜降。这是秋天的最后一个节气,北方寒冬将至,华东秋意渐浓,下周合肥也将告别这如同夏末般暖洋洋的初秋,正式向深秋迈进。秋冬季节,旅游去哪儿呢?温泉肯定是不二选择呀。来来来,看看合肥周边这些温泉度假旅游地吧。

## 庐江金孔雀温泉:

金孔雀温泉度假村是一家集度假、健身、休闲、娱乐、餐饮、住宿为一体的商务型度假酒店,它坐落于著名的温泉之乡安徽庐江汤池,靠近庐江火车站,毗邻合安高速公路,距合肥骆岗机场仅40分钟路程。

地址:庐江县汤池镇金孔雀温泉旅游度假村

## 半汤御泉庄:

深业半汤御泉庄2010年9月28日正式对外试营业,温泉度假村占地114亩,分综合接待区、SPA保健区、娱乐健身区、室内温泉区、露天温泉区。

半汤御泉庄室内外温泉有SPA水疗池、漩涡池、超音波气泡浴、卧式按摩浴、自然石蒸汽、土耳其鱼疗池、矿砂浴、九福神汤、沐足阁、室外SPA池、热石廊、冷热泉、益气泉(加菊花)、强身汤(加灵芝)、薄荷泉(加薄荷)、玉祥泉(加人参)、治中泉(加山药)、克农泉(加当归)、养颜泉(加草本精油)、松柏园(加防风怀牛七黄精)、雾凇泉(加咖啡)、湛露泉(加法国干红)、漱玉泉(加柠檬)等三十余种特色养生泡池。

地址:巢湖经济开发区汤山路128号-甲(近芜合高速口)

## 天悦湾温泉:

天悦湾温泉位于岳西县天堂镇北部(温泉大道两侧),占地6000亩,总投资20亿元。项目依托岳西得天独厚的天然景观、历史悠久的禅宗文化以及特有的高品质高山温泉资源,拟打造一座集观光度假、休闲养生、疗养健身、商务会议、生态产业、山野运动、主题地产等为一体的国家级生态旅游示范区、第四代温泉养生示范项目和国际养生旅游度假胜地。

地址:安庆市岳西县天堂镇

## 黄山醉温泉:

黄山“醉温泉”博采众纳了60多种形式、功能各异的温泉汤池,集室内、室外、5大温泉功能区域(室内SPA温泉池区、中药养生汤池区、动感温泉游戏池区、养颜美容温泉池区、异国特色温泉池区)于一体,可同时接待近2000人次浸浴,满足不同客户对温泉理疗、养生、娱乐及休闲的需求。

地址:黄山市屯溪区花山路黄山醉温泉度假城

## 和县香泉:

安徽香泉温泉度假村是一处集温泉养生、餐饮住宿、商务会务、康体保健、休闲娱乐于一体的四星级温泉旅游度假胜地,香泉因难得的香气而得名,属含氢硫酸钙型温泉,水质清冽,晶莹剔透,水温常年在47℃~50℃,具有极高的医用美容价值。

地址:马鞍山和县香泉镇山庄路(香泉镇泰华路1号)

## 泡温泉要注意的那些事!

尽管泡温泉对健康有种种好处,但不是每个人都适合。有些人就不适合泡温泉,不仅对身体无益,反而有害。专家提醒,对于泡温泉,下面几点尤其需要注意:

1、高血压、心脏病患者,在规则服药的前提下,可以泡温泉,但每一次以不超过20分钟为限。起身时应谨慎缓慢,以防因血管扩张、血压下降导致头晕眼花而跌倒。并且不能单独一个人去泡温泉,要有家人的陪护。2、部分皮肤病患者,不宜泡温泉。泡温泉虽有美肤的疗效,但对于患冬季痒、湿疹、异位性皮炎等的人,泡在热水中过久,由于加速皮肤水分的蒸发,破坏皮肤保护层,会恶化症状。3、泡温泉后,人体水分迅速蒸发,要喝水补充。4、泡温泉时,记住合上双眼,以冥想的心情,缓缓地深呼吸数次,才能真正释放身心压力。

## 梦幻天堂寨

记者 倪路/图



## 边走边看 | BIANZOUBIANKAN

### 卧龙散记

□沙敏

#### 山庄风景独好

卧龙山庄就在天柱山的脚下,不知道山庄为何取名卧龙,究其遐想而言,那里的风景秀丽自不必说,而且一定是物华天宝、藏龙卧虎之地。

当我们的车进入天柱山风景区盘绕在山路上时,那里的景色就让我们陶醉了。雨后的山,一会儿层层薄雾弥漫在空气中,一会儿云雾散开蓝天白云,一朵朵飘在青山蓝山里,微风拂面而来,让你陶醉。是啊!长久地在城市里钢筋水泥般的生活,忽然一下看到山中的这番美景,呼吸着大森林中的氧吧,真想站在这山上大叫,天柱山我来了。

沿着盘山公路美景半个小时左右,就到了卧龙山庄,往周围一看,寓意中的山庄坐落在群山怀抱中,真是山庄有奇峰,锁在云雾中,美景抬头见,卧龙不虚名啊!

这个四周都是山,坐落群山中的山庄的确比我们想象的美,尤其是山庄里的小木屋,风格各异,很有味道。我居住的小木屋后面是一条急湍飞流,清澈无比的瀑布。

清晨,我们沿着木屋周围的瀑布往上走,看见有一条巨大的裂谷,从山脚向上、向山的纵深处伸展着,将一群大小、形态各异的瀑布收藏其中,瀑布中还有众多的奇石、奇树……我觉得瀑布其实是山庄最亮丽的景观。卧龙山庄小木屋周围最多的就是瀑布,据说这些山水瀑布都是从天柱山上流淌下来的,不仅这里有,山顶也有。围绕木屋行走不仅是观看各异木屋的美,还是在满耳的瀑布声中游览山庄的佳境,因为一路都有瀑布伴随。

这些大小不同的瀑布群,因为落差不一,形态声响各具特色。就它们的飞流直下,宽阔细长的流淌,你便可以想象这里的瀑布是如何的多姿多彩了。

如今因山庄的美景与这里的硬件配套设施,再加上主人的好客、热情、憨厚,近年来到这里旅游的游客不断增多,就是国外友人每年都接待很多。我想,卧龙山庄因美而生名,

因小木屋增添雅趣,还因瀑布而生灵气,这大概就是它扬名远近的缘由吧。

#### 再上天柱山

走出卧龙山庄200米左右,就到了上天柱山的索道口。

六月的山上还稍微带有一丝丝凉意。我们一行人从大龙窝坐上缆车,上山路上,细雨濛濛。真的好久没爬山了,对这接近3公里的山路感觉就一个字,累。

天柱山不比黄山与九华山,这里的山多为混合花岗岩组成,不仅峻峭,而且陡坡。这次我们选择的是到天柱峰最近的一条,虽不远,但山路比较陡峭。

天公不作美,等我们好不容易到了天池峰,又是云雾缭绕,灰蒙蒙的什么也看不见,站在天池顶,冷风嗖嗖吹得我们直打颤,没看见主峰风景,又不甘心,结果都躲进了休息室等待云开。据说天柱山的天气就这样,一会是云雾缭绕,一会又云雾散开。

爬天柱山有好几条山路。风景不同,山路的陡峭也不同,但多以形态各异的山峰出名,更以山峰上的石刻著名。上次到天柱山,走过三祖寺的小溪,那儿有很多石刻。

最有名的石刻,当属王安石的那首六言诗,“水冷冷以北出,山靡靡而旁围,欲穷源而不得,竟怅望以空归。”王安石曾任舒州通判,据记载皇祐三年九月十六日,从州治到太湖去,与道人文铎、弟安国举着火把夜游溪中,而写此诗。透过那方石刻,仿佛人们看到了900多年前的王安石,隐约在黑夜里的身影,怅然走在回去的路上。

征稿启事

如果你热爱旅游,如果你喜欢边走边记、边走边摄,欢迎来稿,跟大家分享你旅游的故事和感悟。文字和照片均可。

投稿邮箱:xxss15@163.com。