

| 资讯速读 |

## 首届唐鼎“天池山杯”登山赛结束

4月26日,2008年河南省唐鼎“天池山杯”登山比赛在天池山景区举行,1000余名登山爱好者参加了比赛。

天池山景区以“天下第一飞来石”和“中原最大高山天池”等景观闻名,被誉为“奇石、灵山、秀水”,2005年,洛阳唐鼎公司在天池山投资兴建了野外拓展训练基地,实现了旅游与体育的有机结合。此次登山赛以“全民健身与奥运同行”为主题,共有来自全省12个地市的15个代表队1000余名登山爱好者参加。主办单位进行了周密的安排,保证了活动的顺利开展。

## 10万学生到太行大峡谷写生

群山披绿,山花烂漫的安阳林州太行大峡谷近日又迎来了每年的写生学生高峰。据景区工作人员介绍,每年从4月份就不断有各地美术院校的写生学生入驻写生。目前已接待学生达10万人次。

太行大峡谷具有雄、险、奇、秀、幽、旷之特点,地质地貌类型齐全,生态植被优良,环境清新优美,保持着大自然的原始状态。峰、峦、台、壁、峡、涧、溪、谷,地质出露齐全,景观呈现出竖向的多层性,构成三崖两嶂一缓麓的竖向空间系列,一层断崖一层绿带,层次分明,朴实浑厚如版画,是一座天然地质博物馆。苍茫的大山,古朴的石板民居,恬淡幽然的山村风情,构成了强烈的审美意境。这些特点引来山东、北京、上海、山西、辽宁、郑州、内蒙古、湖北、四川、广东、南京等美术院校师生前来写生、绘画、摄影。

## 石人山要有标准“身高”啦

石人山的准确“身高”是多少?这个悬而未决的难题今年年内将由国务院审核后向社会公布。4月24日,平顶山市政府在石人山景区举行了高程测量启动仪式。

石人山海拔高程被列为国务院向社会公布的中国部分著名山峰重要地理信息数据之一。石人山作为国家重点风景名胜区、国家AAAA级旅游区,历史悠久,文化灿烂,山势雄奇,风景瑰丽,如今已成为人们游览观光、科学考察的胜地,每年接待中外游客40多万人次。因此,对石人山海拔高程进行精确测量和权威发布十分必要。此次测量任务由河南省测绘局组织,利用GPS定位技术和国家四等水准测量两种方法,布设D级GPS网,按照国家有关测量规范和河南省大地水准面精化成果进行施测和数据处理,数据将精确到厘米。

据悉,此次施测将设立多个著名风景名胜标志,与景区的自然和文化景观相互映衬,成为新的旅游景观。

## 关山国家地质公园昨揭牌

“岩重崖叠铭志海陆变迁著太行史卷,山崩水蚀雕塑峰奇石观绘北国画廊”。关山国家地质公园揭牌开园仪式昨日举行。

关山国家地质公园位于太行山南麓。是一座以石柱林、红石峡、一线天为代表,飞瀑流泉、清溪幽潭、峰林竞秀、云海飞渡为特色的地质地貌型国家地质公园。经过近两年努力,关山国家地质公园以科学发展观为指导,编制和完善了建设规划;扎扎实实地做好地质公园的建设工作;建设和完善了地质公园标志碑,科学解释说明牌,增设了标示、警示牌;建设完善了公园地质博物馆,增强高科技展示手段、陈列典型的标本实物。正式开园后的关山国家地质公园必将成河南旅游的又一张靓丽名片。

本组撰文 晚报记者 唐善普 孙隆 贾晓娜 刘菁荔

# 用旅游“炼成”健康妈妈

## “千名妈妈健康行”即将于母亲节期间推出

五月的第二个星期天是“母亲节”,关于妈妈的话题多了,中老年妈妈们的健康尤为值得关注。舒适的晚年,得益于身与心的双重健康,健康膳食、适量运动……不妨趁着明媚的五月春光,试试旅游这种有益于中老年妈妈身心的健康方法吧。

晚报记者 唐善普  
通讯员 路涛



### 旅游,健康的“补品”

旅游是非常适合中老年妈妈的养生方法。操劳了半辈子,现在子女都长大,正好有着充足的时间。外出旅游适宜选择空气清新、风景优美的旅游景点,良好的生态环境有助于提高人的体质,帮助中老年妈妈们预防各种疾病的发生。很多中老年妈妈因为长年忙于家庭生计,面临着社交面狭窄的问题,如果长时间处于自我封闭的状态,无病也会“静”出病来。在旅行途中,可以结识到很多朋友,一路谈笑风生,自然是胜过营养保健的“大补品”了。

### 在旅游中不知不觉减肥

随着年龄的增长,中老年人新陈代谢能力减低,尤其是更年期妇女,由于性激素分泌量减少,脂肪易堆积形成肥胖。而经常旅游的妈妈,

常常能够保持较好的身材,这是为什么呢?

专家给出了解释,旅游是一种效果最显著的“非锻炼性热耗”,它大大减少了脂肪在体内堆积机会。因此,中老年妈妈们应该把自己从打牌打麻将等不合理的休闲方式中解放出来,选择亲近自然、适当运动、外出旅游等一些科学健康的休闲方式,从而达到减肥目的。

### 风景,就是一剂心理良方

操劳了半辈子,孩子也长大有自己的小家了,很多中老年妈妈在孩子离家后就食不知味、坐立不安、心情烦躁,或是面对青春的流逝,表现出精神极度空虚,甚至出现了抑郁症状。

旅游能够缓和心理紧张,增强心理健康。漫步小桥流水的江南人家,使人心情恬静;仰望张家界森林公园的奇峰异石,令人叹为观止;亲临“甲

天下”的桂林山水,令人产生愉悦的美感……在大自然美景的熏陶下,一切烦恼、压抑都忘记了,让中年妈妈们回归到真正的心理健康。

### 旅行社出奇招,千名妈妈健康游

中老年妈妈们适宜选在母亲节期间出游,这样可错开旅游旺季,避开了拥挤,不仅能省下不少钱,还能玩出好心情。

据悉,由郑州路仕达旅行社联合本报推出的河南独家首趟千名妈妈健康专列“千名妈妈健康行”即将于母亲节期间推出,旅游线路包含了桂林、张家界、凤凰等全国极品级山水之地,为期8天,而且全程“关爱妈妈健康”主题活动贯穿,同行的妈妈们可以交流各种健康资讯、经验与方法,相信这也是中老年妈妈们母亲节出行旅游的至上选择。



在河南山水景区市场竞争如此剧烈的情况下,栾川寨沟风景区却能够从2005年创造到2007年短短两年里,在当地10多个景区中成为一匹让人刮目相看的“黑马”,究竟是什么原因成就了它不一般的“历史”?日前,寨沟风景区总经理王文厚先生向记者揭开了这个谜底。

晚报记者 唐善普

# 寨沟,一匹越跑越快的“黑马”

## 对话寨沟风景区总经理王文厚

### 整合优势资源吸引游人

记者:作为一个后起的景区,寨沟景区靠什么在栾川10多个景区中赢得市场?

王文厚:我们景区在2005年才进入市场,并在短短两年就赢得了市场,尤其是旅行社和游人的认可,取得了位居前几名的好成绩。景区没有好景点是吸引不了人的,而寨沟的历史文化内涵、水(瀑布)、山、松、竹、奇石等独具的六大要素为其赢得了较好的市场。

记者:独特的最吸引人。

王文厚:对。可以说游人最苦恼的是到山水景区看到的大多是大同小异的景点。而一个景区要想引人就要有自己的特色之处。寨沟景区可以说是不多的同时具备上述6种旅游资源的景区,这6种资源构成了景区独有的特色旅游。这恰恰是它能够吸引旅行社和游人的最主要的方面。

具体说,历史文化内涵以巾幗经典、古老沧桑的梨花寨为主体,水以清澈旖旎、碧波荡漾的

寨沟湖为帷幕,山和石则以奇峰异石、飞泉吊瀑的登天峡为背景,游人走在面积达850余亩60多个竹园里,满眼是竹林掩映的美景和竹影婆娑的风姿,而那合覆盖率达98%的植被更是都市人养身休闲之地。

### 景区一定要想法留住游人

记者:有了好景点,还要能留得住人。这方面你们做得如何?

王文厚:能让游客不做“过客”而是“住客”的景区才算真正地做到了位。为了做到这一点,我们主要在吃、住等基础设施上进行重点投资建设,在安全、服务等方面进行着重培训,做到人无我有、人有我精。

吃的方面,除了常规的景区饮食菜系外,尽可能多推出城里人少见好吃的野菜类等野味,并推出全是豆腐做的“豆腐宴”,以及具有本地特色风味的“十大碗”等。为满足不同游客的需

求,我们打造了高(别墅)、中(标准房)、低(三人房)档,以及农家院不同价格不同标准的房间。目前可同时接待3000人住宿要求。

### 市场营销定位一定要准

记者:要想占有市场,必须有好的营销及市场定位。寨沟能在短时间内赢得大市场,一定有独到之处吧?

王文厚:想赢得市场,一定要找准市场,也就是定位准确。河南大多数旅行社都在省会,因此我们首先抓郑州市场,与旅行社建立双赢的合作关系,通过它们宣传景区并占有市场,通过它们带来客源。另外,积极主动向周边市场推进,争取除洛阳和郑州以外的市场。

目前,我们已在郑州设立了办事处,同时在地市外开展了多种市场营销,争取赢得更好的经济与社会效益,让寨沟这匹“黑马”跑得越来越快。