



提起黄金周,人们想到最多的可能就是:好不容易盼来个长假,出去,一定要出去,疯玩个够去。记者的随机调查也发现,70%的市民有出门远行的打算,但当提到黄金周存在的出行不便时,70%的人中又有一多半会放弃“出远门”,想“自驾游或在郑州近郊游”。郑州近郊的景区、景点以及省内的一些旅游景点在国庆来临之际也适时地推出各种各样的活动,以满足市民这一需求,游玩之余大家还可以干干农活、健健身,欣赏一下民风民俗,这个黄金周,足不出中原我们照样可以逍遥游。

晚报记者 刘书芝

### 要休闲 去金鹭鸵鸟游乐园

十一黄金周期间,金鹭鸵鸟游乐园为游客精心制作了一套丰盛的旅游大餐。第一道,欢乐健身游。您可以和家人一起,体验惊险刺激的高山滑草、攀岩、蹦极、卡丁车、空中索道、水上乐园、国内稀有的骑鸵鸟活动、赛马、双人(三人)骑自行车、摸鱼、垂钓、烧烤等适合不同年龄游玩的200多个新颖时尚的娱乐健身项目,也能让您体验惊险、刺激和快乐的绝妙之处。

玩累了,摘摘桃子、大枣、花生、红薯,品尝一下农家特色小吃,几十种全省各地名吃让您随便选。当然,营养最丰富、味道最鲜美的要数用鸵鸟肉和鸵鸟蛋制作的菜肴了。

经过数十个月的修整装饰,栾川养子沟景区以全新的面貌展现在了游客的面前,景区门口还增加了大型娱乐项目——城市之间竞技大赛场地,更为游客的游玩增加了趣味性。

养子沟的娱乐设施便于游客自由组队参加,类似于拓展训练的项目,趣味性非常强,计划十一黄金周去养子沟游玩的游客,可千万不要错过了这个项目。

### 想采摘 万仙山红果等您来

万仙山为国家AAAA级景区、国家森林公园、国家地质公园,森林茂密植被佳,南坪村更是以“清幽山乡”闻名。万仙山各类果树繁多,特别是山楂树,漫山满谷都是山楂林,多达数万棵,是河南省内最大的山楂林基地。每至秋季,红果遍山、柿子飞黄、野梨飘香、飞瀑流泉,正是采摘游的最佳时机。带孩子采摘红果,可体验采摘之趣、丰收之乐,还可加强地理、植物知识教育。

### 金蝶化茧 引来天鹅

# 10月,“冰上芭蕾”到郑州

《天鹅湖》《胡桃夹子》将冰上起舞,河南艺术中心由此拉开演出季序幕

说到芭蕾,您可能并不陌生,芭蕾的经典剧目,尤其是柴可夫斯基的芭蕾代表作品《天鹅湖》、《胡桃夹子》,您可能已经看了很多遍。

然而,将偌大的舞台神奇地变成巨大的白色冰场,将乳白色的芭蕾舞鞋换成刚硬动感的冰刀,然后伴着优美的柴可夫斯基的曲子,在冰上轻盈飘逸地“溜”起《天鹅湖》、《胡桃夹子》,您欣赏过吗? 10月10日至13日,当今世界唯一能在冰上演绎芭蕾舞剧的演出团体——俄罗斯圣彼得堡国家冰上芭蕾舞团,将来到郑州,登上河南艺术中心的舞台,4天6场的演出,将为您呈现冰上芭蕾的炫目与刺激。

### 第一VS唯一

10月、11月、12月为河南艺术中心开业庆典的演出季。10月10~13日冰上芭蕾《天鹅湖》、《胡桃夹子》的上演,将为河南艺术中心演出季拉开大幕。接下来,民族歌舞、音乐

### 想运动 到大众生态健身园

大众生态健身园的家庭趣味活动一直广受人爱。十一长假来临,位于森林公园的大众生态健身园和位于新密助泉寺的美玉桃源携手展开“乐土”休闲季的画轴。大众生态健身园的民俗竞技狂欢节上,沙滩竞技赛、儿童沙雕赛、情侣运动会、家庭趣味运动会和丰富多彩的民俗文化活动将精彩演绎。晚上,篝火节、烧烤节也会闪亮登场。而沙滩竞技、擂台挑战、激光野战、骑马赛车、滑草溜索、龙舟竹排的每一种参与,都将带给你宣泄和快乐。

### 寻刺激 栾川养子沟去搏击

经过数十个月的修整装饰,栾川养子沟景区以全新的面貌展现在了游客的面前,景区门口还增加了大型娱乐项目——城市之间竞技大赛场地,更为游客的游玩增加了趣味性。

养子沟的娱乐设施便于游客自由组队参加,类似于拓展训练的项目,趣味性非常强,计划十一黄金周去养子沟游玩的游客,可千万不要错过了这个项目。

自即日起,四川峨眉山整合金秋红叶、峨眉山月、氡水温泉、仙山祥云四大品牌为一体的峨眉山红叶温泉节正式拉开序幕。11月30日前,游客均可领略斑斓多彩的金秋峨眉,尽享亚州绝色的温泉。

据悉,峨眉山景区还为2008年每一位经历了地震伤感和奥运兴奋的人们,精心准备了一道丰富多彩的金秋盛宴。活动期间,入住红珠山宾馆、温泉饭店、峨眉山大酒店可享受三折起的优惠。每个周末,灵秀湖畔可参加峨眉

会等近30场不同种类的演出,将贯穿整个演出季。记者从演出承办单位河南保利艺术中心管理有限公司了解到,此次来访的俄罗斯圣彼得堡国家芭蕾舞团是世界上唯一可以在冰上演绎芭蕾舞的剧团,俄罗斯圣彼得堡国家冰上芭蕾舞团也是首次来郑演出,而且还是河南省首次将真冰引进剧场内。

第一与唯一的相结合,旨在展示新芭蕾的无穷艺术魅力,带给郑州市民更多的新奇和更美的视觉盛宴,也预示着河南保利艺术中心管理公司强大的剧场运作能力及今后演出季的高质量。

### 体育明星VS芭蕾明星

冰上芭蕾是一门力量、技术、修养和乐感四合一的特殊艺术。演员们在晶莹剔透、流光溢彩的“童话世界”里翩翩起舞、漂移滑行,视觉上更接近大自然中的天鹅和美轮美奂的

# 黄金周 在中原也能逍遥游

### 寻奇石 到鲁山好运谷

在鲁山县尧山镇四道河村,石人山北麓,311国道北一公里,有一条西北——东南走向的山谷。传说古时有时运不济的李桥采金钗石斛跌落湖中得宝珠从此时来运转,得名好运谷。该景区群峰峙立,竞奇斗峻;奇石如塑,似人似物;石穴洞府,幽深莫测;原始森林,遮天蔽日;野果累累,芳香诱人;奇花异卉,漫山遍野;金秋红叶,流丹似火。尤为著名的是谷中成群成串的飞瀑、龙潭及广阔的湖面,依山势高低错落飘逸洒脱,布局巧妙,紧凑合理,成为自然山水中的奇葩。

### 要健康 到中国死海漂一漂

中国死海海水中以离子形态存在的盐类物质,对风湿性关节炎、心脑血管疾病、呼吸道疾病等有显著效果。人在水中漂浮一小时,相当于睡眠8个小时。死海黑泥更可以活化细胞、健康肌肤。黑泥中富含的32种矿物质元素,对皮肤有很好的滋养作用,能使皮肤亮泽、舒展。自驾去死海非常方便快捷,全程高速,3个小时即可直达。国庆期间可免费游园,还有好礼相送,怎么样?趁着假期去体验一下死海“梦幻三绝”——漂浮、黑泥养生、矿泉水疗,来个健康之旅吧。

### 旅游延伸

## 峨眉山红叶温泉节活动启动

### 四大品牌,引领斑斓多彩金秋峨眉

武术派对,团队入住参与峨眉派武侠情景剧表演,演技精湛者将获得青年旅舍单间住宿、啤酒咖啡、峨眉派T恤等意外惊喜;国庆节可参加“多情你我·撒欢之旅”,“结缘峨眉 锁定灵秀·婚庆之旅”;九九重阳节推出“重阳登高,天庭祈福·关爱老年人之旅”,60岁以上老人凭身份证除享受进山门票半价优惠外,还可免费浸泡灵秀温泉;另外,11月下旬,世界上最大的十方丛林——峨眉山大佛禅院将举行盛大开光系列活动。

芭蕾舞演出的技术要求相对比较复杂。为了配合此次演出,他们很早就开始做演出的技术准备工作。届时,舞台将全部用真冰铺设,两大经典的古典芭蕾舞名剧也将在冰上华丽、梦幻地演绎!

舞台真冰是怎么制出来的?体育名星和世界花样滑冰明星同台表演该有何等精彩?演出季还有哪些精彩演出?更多详情请关注本报相关报道。

### 舞台vs冰场

据河南艺术中心技术部经理介绍,冰上

### 找田园 梦里仙境画中游

画眉谷以其有众多画眉鸟繁衍栖息而得名,谷中山峻涧深、碧潭成串,杜鹃湖碧波荡漾,山峻峡秀,湖光山色,煞是醉人。正值金秋时节,漫山红叶似火,如花团锦簇,多姿多彩,野果挂满枝头,芳香诱人。在画眉谷口,依山傍水散落着百余户农家,灰墙蓝瓦古色古香。庭院之中,花红竹翠,干净整洁,农家饭菜,纯绿色食品,清香可口。庄前的山溪,掩映在青青的柳林之中,清澈见底,黄沙鹅卵石铺底,缓缓水流汇聚成潭,形成一个个天然浴场。山溪两岸,绿树成行,田陌纵横,一派浓郁的田园风光。

### 寻民俗 鸡冠洞推出两项目

国庆前夕,鸡冠洞景区重点推出了两个节日游乐项目:一是开展不同形式的促销活动,让景区内50%以上经营商户在10月份集中销售各类琳琅满目的工艺品、具有本地特色的土特产品、制作精美的水晶制品、具有收藏观赏价值的奇石等纪念商品,而且价格优惠。

二是准备了丰盛的文化艺术大餐。其中以民俗风情为主的文化广场活动将是2008年鸡冠洞服务的一大亮点。十一期间,鸡冠洞景区将推出精彩绝伦的河南魔幻艺术团魔术表演,以震撼庄严著称的溶洞军乐表演和隐含中华武术精髓的少林武术表演、太极表演。

武术派对,团队入住参与峨眉派武侠情景剧表演,演技精湛者将获得青年旅舍单间住宿、啤酒咖啡、峨眉派T恤等意外惊喜;国庆节可参加“多情你我·撒欢之旅”,“结缘峨眉 锁定灵秀·婚庆之旅”;九九重阳节推出“重阳登高,天庭祈福·关爱老年人之旅”,60岁以上老人凭身份证除享受进山门票半价优惠外,还可免费浸泡灵秀温泉;另外,11月下旬,世界上最大的十方丛林——峨眉山大佛禅院将举行盛大开光系列活动。



芭蕾舞演出的技术要求相对比较复杂。为了配合此次演出,他们很早就开始做演出的技术准备工作。届时,舞台将全部用真冰铺设,两大经典的古典芭蕾舞名剧也将在冰上华丽、梦幻地演绎!

舞台真冰是怎么制出来的?体育名星和世界花样滑冰明星同台表演该有何等精彩?演出季还有哪些精彩演出?更多详情请关注本报相关报道。

晚报记者 刘书芝 通讯员 刘堃 路晓明/文  
晚报记者 赵楠/图