

# 粵新與特色溫泉

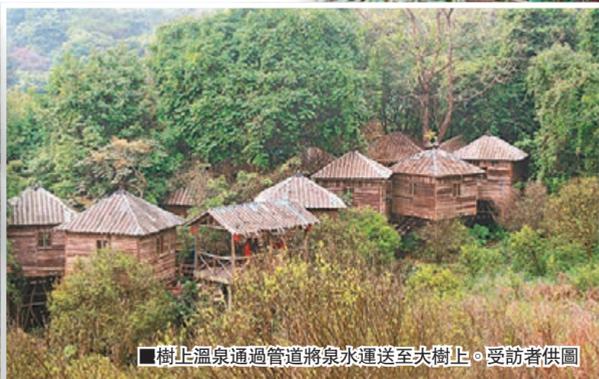
## 各式浴場資源豐富 冬季最佳休閒選擇

■樹上泡溫泉，吸引很多港人前往嘗鮮。受訪者供圖

### 粵港澳生活匯

冬季最佳的休閒出遊方式，莫過於周末泡溫泉放鬆身心。廣東屬於內地溫泉資源最豐富的地區之一，近年來，各類休閒度假溫泉酒店如雨後春筍般發展起來，與此同時，清遠、廣州等地亦陸續新增很多特色溫泉，如樹上溫泉、溶洞溫泉、火山溫泉等新開發的溫泉度假村，開始為港人所認識。本期特別推薦幾處特色泡湯地，讓港人品嚐一下新鮮溫泉產品的頭啖「湯」。

■香港文匯報記者 郭若溪 廣東報道



■樹上溫泉通過管道將泉水運送至大樹上。受訪者供圖

### 英德天門溝樹上溫泉—搭配原生生態森林

清遠英德的天門溝樹屋村新奇的「樹上泡溫泉」，搭配原生生態森林的獨特形式，吸引很多港人前往嘗鮮。「綠樹環繞，鬱鬱蔥蔥，令人感受到茂盛森林裡的原始氣息和土地的芳香，如置身於一處很美很寧靜的地方。」嚮往大自然的港人孫小姐說。

天門溝樹上溫泉區，地處古老的堯山山腳，其地層有着豐富的地熱資源。據監測報告顯示，該泉水水體純淨，且含有多種有益於人體的微量元素，可以直接飲用，更是湯藥劑的優質水體。溫泉水是從天門溝第三站不老泉直接引到樹上，通過管道分配到每個樹上池，形成高低錯落、風情萬種的泡湯場景。

22個大小泡池中，分設有7個公共多功能池和15個藥浴SPA池，特色藥浴有野生蜂蜜浴、竹芯(葉)浴和百花丹浴。白天噴霧與飽氧按摩，製造出飽滿的負離子空氣和陽光下的彩虹；晚上則以流水瀑布景觀為主題，在樹上的燈光下又形成溫馨浪漫的野性情調。

#### 地熱水傳送至大樹上

孫小姐說，樹上湯泉區內森林茂密，密林中三個巨型樹墩上，一個個形態各異的木製泡池高高地架設在大樹上，和家人悠閒地泡着溫泉，頭頂是樹影婆娑，四周是鳥語花香。「有遠離城市享受大自然的感覺，尤其是泡完溫泉後回到房間，在寧靜的夜晚聽着鳥雀聲入睡，或泡在私家溫泉池裡遠望山景，很愜意，也適合一家人度假。」

據天門溝相關負責人介紹，天門溝樹上溫泉區今年正式迎客，是廣東省內首個樹上溫泉藥浴。該項目開發克服了地熱水傳送、生態環保等多重技術難題。溫泉的藥材均選自於本地堯山，如蜂蜜浴有驅風的特效，竹芯(葉)湯有清熱毒、預防感冒、涼血解表的作用，百花丹湯則可治療皮膚瘙癢、且有健白肌膚的功能。為配合溫泉養生，區內設置了樹上餐廳和樹上古樂坊，以及熱礦床理療按摩、乒乓球室、茶藝及棋牌等康體娛樂項目。

### 跟線走 有着數 交通指南

#### 1、英德天門溝樹上溫泉

自駕：廣州→京珠高速→佛岡出口→佛英一級至英德→往陽山方向至走馬坪右轉→經石牯塘鎮西行8公里到達驛站景區(全程約2.5至3小時)  
深圳→廣深高速→京珠高速→佛岡出口→佛英一級至英德→往陽山方向至走馬坪右轉→經石牯塘鎮西行8公里到達驛站景區(全程約4至5小時)  
公交：廣州省站坐班車到英德市區轉車至石牯塘鎮或波羅鎮，再往天門溝  
京廣高鐵：武廣高鐵(英德西站)，轉乘

九州驛站旅遊專線車(50分鐘)，需提前預約。

#### 2、英德溶洞溫泉

自駕：廣州→京珠高速→大鎮出口→溶洞溫泉(全程約2小時)  
深圳→廣深高速→北二環高速→京珠高速→大鎮出口→溶洞溫泉(全程約3小時)

#### 3、清遠森波拉溫泉

自駕：廣州→北環高速→京珠高速公路(北行)→佛岡出口→右轉106國道韶關方向(4公里)→森波拉度假森林深圳→廣深

高速→(火村入口)→北二環高速→(太和入口)→京珠高速公路(北行)→佛岡出口→森波拉度假森林

#### 4、增城金葉子溫泉

自駕：廣州天河→經長安收費站、九龍鎮、中新鎮、朱村街、增城市區→荔城大道→荔景大道(增城廣場)→增派公路→溫南公路(派潭方向)→金葉子度假酒店  
深圳→廣深高速→新塘出口→荔新公路(經荔新收費站)→增城市區→溫南公路(派潭方向)→金葉子度假酒店

### 清遠英德溶洞溫泉—地殼深處的熱礦水

在溶洞裡泡溫泉，想必港人未曾體驗過。清遠英德奇洞溫泉度假區內，有約一千年歷史的溶洞，鐘乳石和石筍造型奇特，約2,000平方米的溶洞溫泉池，冬暖夏涼。溫泉水源是來自地殼深處的熱礦水，內含大量微量元素，井口水溫54至57℃，溫泉的自流水溫47℃。

英德奇洞溫泉度假區位於英石之鄉的英德望埠鎮，坐落於山體的半山腰處，擁有近200間別墅、酒店客房，建築氣勢磅礴，裝修質樸典雅，具東南亞及客家民居雙重風格。該度假區以高山溫泉養生及水療為主題，毗鄰內地最大的倒影溶洞——嶺南第一洞《寶晶宮》，其獨具特色的溶洞溫泉最為人所知。

#### 有益礦物質促血液循環

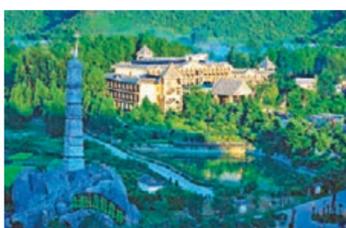
周末北上短途遊的港人胡先生表示，能

夠自採溫泉水也是特別新奇的體驗。奇洞溫泉井深273米，地熱溫泉水經過地下岩石的過濾，帶着大地的體溫，挾着各種有益礦物質，沿着毛孔進入人體，舒張毛細血管，促進血液循環，有效排除體內的廢物毒素。

溫泉區除了有神秘夢幻的溶洞溫泉外，還有室外露天溫泉池、中草藥池等，富含偏硅酸、氫、重碳酸鹽、硫酸鹽等多種對人體有益的礦物質和微量元素，具潔膚美容、改善睡眠、減肥健體、預防疾病等功效。

此外，奇洞溫泉打造了全新的休閒旅遊項目「鵝巢木屋」，為情侶創造浪漫滿屋的溫馨氛圍。木屋牆體上頗具創意的塗鴉秀宣示着愛的主題，木屋內的木桶溫泉浴則營造出私密的浪漫。

### 清遠森波拉溫泉—邊泡溫泉邊看火山



■森波拉火山溫泉是廣東溫泉景點首個以火山奇景為主題的溫泉。網上圖片

清遠佛岡的森波拉溫泉是廣東溫泉景點首個以火山奇景為主題的溫泉，景區在羊角山原遠古火山遺址的基礎上，復原了活火山噴發情景，集山地溫泉和峽谷溫泉的特色於一體。火山溫泉依山而建，佔地面積120餘畝，融匯動感區、竹林區、香花區各類特色溫泉浴池70餘個，錯落有致，數萬畝青山碧水和田園風光盡收眼底。

據介紹，疏密有致、風格多變的溫泉浴池隨地形的變化而梯級分佈，高達88米的雄偉仿真火山拔地而起，動人心魄、絢麗多彩的火山噴發夜夜精彩，有身心和視覺的超級震撼體驗。港客劉先生稱，在一塊塊火山岩砌成的溫泉池內泡湯，有一種體驗火山旁邊泡溫泉的獨特感受，是一種很原始的體驗。

### 增城金葉子溫泉—粵海拔最高的天然溫泉

廣州增城派潭鎮的金葉子溫泉酒店處於南昆山半山腰處，四周峰高谷深，雲霧繚繞，樹木蔥蘢，溪水長流，較高的地勢，令金葉子成為廣東省內海拔最高的天然溫泉，被譽為廣州的「市」外桃源。酒店工作人員表示，在金葉子的遊客中，港客每年約佔六成。

剛在金葉子泡完溫泉回港的方伯伯說，溫泉池區擁有36個大小不同的溫泉泡池，溫泉的水源來自深藏的地熱溫泉，屬極軟的弱鹼性溫泉，富含偏硅酸、鈉、鋅、銅、鈣等對人體健康有益的多種微量元素，是祛病保健、美容護膚型的優質泉水。



■金葉子溫泉是廣東海拔最高的天然溫泉。網上圖片

# 湯



### 結合食療按摩 養生功效倍增

溫泉，自古帝王的最愛，秦始皇為治瘡傷而建「驪山湯」，由此開中國溫泉養生之先河。在廣東地區，有很多以中醫藥養生為主題的養生溫泉，將中藥包置於各溫泉池中，中藥功效與溫泉的作用有機結合，讓遊客根據自身狀況選擇不同溫泉藥池沐浴，可令養生事半功倍，受益更大。

深圳市中醫院中醫養生王醫生認為，中藥養生溫泉的保健功效主要依靠地熱水的溫度，養護肌膚，令人舒適。同時，溫泉流動時產生的機械衝擊按摩作用；加上溫泉中含有對人體有益的微量元素，泡在溫泉中的中藥包能祛病養生，對泡溫泉者更有助益。

泡溫泉能按摩身體穴，可提高泡溫泉的養生效果，但大部分遊客都沒有這習慣。此外，在溫泉飲食上吃板栗、茯苓，能增強溫泉養生功效。板栗，補腎健脾。茯苓，健脾美容，利尿安神，被譽為「神的食品」。

#### 飢餓勞累不宜泡溫泉

深圳市第二中醫院呼吸內科唐新徵醫生則表示，泡溫泉要注意基本禁忌。飢餓勞累時不宜泡溫泉，起碼要休息一小時以後，因為在溫暖的溫泉中，人體的新陳代謝會更加旺盛，體能的消耗會更大。人在得了某些疾病時，如高血壓、心臟病、糖尿病、癌症患者，也不適合泡溫泉。

- 1、2015第10屆快樂新年深圳購物節於12月26日到2016年1月4日在深圳會展中心舉辦，現場可一站式採購全國各地的服裝、食品、生活用品。
- 2、俄羅斯芭蕾舞劇院《天鵝湖》於12月23日晚上8時在深圳市南山區華夏藝術中心上演，由俄羅斯國家芭蕾舞團演出，票價80元至680元。
- 3、2016第13屆深圳年貨博覽會將於2016年1月19日至2月4日在深圳市體育中心舉行，數萬平方米將展出全國各地特色糖酒食品、綠色農產品、服裝家居及節日商品等。

### 城事特搜

### 深圳南山寶慶府開業優惠

寶慶府湘粵大酒樓深圳南山分店近日盛大開業，寶慶府一貫堅持做最正宗、本味的湖南菜，材料之「土」在於它的農家本質，幾乎五成以上的材料都是每天從湖南邵陽或周邊城市運送過來，保證廚師可用上最地道最新鮮的食材。特別推薦寶慶府精品扣肉，因傳統的扣肉十分油膩，而寶慶府精品扣肉加入了些許辣椒解膩，肉爛味香，吃起來讓人回味無窮，爽口。紅燒乳鴿是一道老少咸宜的大眾美食，體態豐滿，肉質細嫩，纖維短小，滋味濃鮮，芳香可口。開業期間推出超值優惠，憑印花於大堂和房間每席消費滿568元以上(人民幣，下同)，即送酒鬼酒20年窖藏酒一瓶，價值528元。除此之外，還有早茶11點前享5.8折等多重優惠。地址：深圳市南山區南山大道1086號南園國際廣場寶慶府1、2樓



印花