

阿拉木圖 這裡雪山風景獨好

遊哈薩克斯坦，阿拉木圖州(Almaty)是必到之地，當去年香港開設直航飛哈薩克(Kazakhstan)阿拉木圖後，相信香港人對去這兒玩的興趣會提升。香港有幾多人認識這個連接中國邊境的城市沒有統計數目，但在該國積極推動下，阿拉木圖已開始多人知道，原來阿拉木圖有好玩的地方。阿拉木圖作為哈薩克前首都，所以各方面發展都相對成熟，如今對推廣旅遊更熱誠，於是設立旅遊局資訊中心協助客人解決問題。阿拉木圖有自然風光如高山滑雪、滑冰場、湖泊、大峽谷及人為建設景點，亦有文藝美術館、音樂館等，讓我們先從市區附近體會一下。 探、攝：焯焯



阿拉木圖公園

哈薩克被認為是蘋果的發源地之一，當地稱野生蘋果叫做阿拉馬(Alma)，而哈薩克首都自然稱為「Almaty」(Almaty意指富有蘋果的地區)，與地名阿拉木圖(Almaty)相同，Almaty就被視為蘋果之城，至今阿拉木圖市郊區仍有不少蘋果樹。蘋果成為這個城市的標誌，也是餐廳甜點的常客。

當飛機將降落阿拉木圖機場時已驚訝，怎麼同雪山那麼近？踏足地面立即拍了張雪山為背景的照片，隨即進入市區，發現阿拉木圖與阿斯塔納很不同，是個沙漠中的綠洲，樹木茂盛，大馬路兩旁綠葉成蔭，市內現代與古建築混雜在樹林中，格外寧靜。而且，因此地是哈薩克斯坦東南部的一個州，南為吉爾吉斯斯坦，東為中國新疆，近郊已經是美麗的天山，雄奇險峻的山峰長年被積雪和冰川所覆蓋，雪山令阿拉木圖夏天氣候也宜人；市區居民推車半個鐘就到滑雪場、雪山湖泊觀景，周末都向郊外走，一日來回非常方便，遊客到此特別有度假感。



蘋果是阿拉木圖的標誌

阿拉木圖遊客中心

阿拉木圖市面綠樹成蔭



阿拉木圖滑雪場

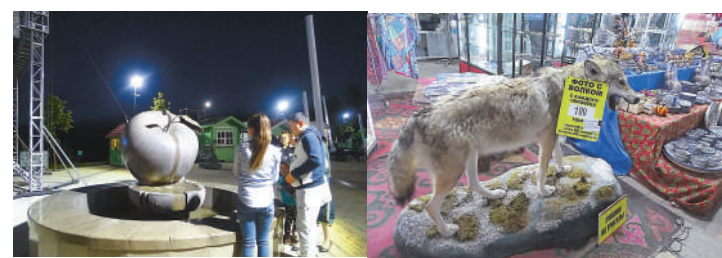


山上的月亮

「Kok-Tobe山」公園上的遊樂設施

Kok-Tobe 山公園睇夜景

市內最人氣景點 Kok Tobe，於2006年在山上開設，從山下可坐十分鐘纜車上山頂觀景台，似香港上山頂睇夜景！約1,100米高，可俯瞰市中心。但他們的市頂有個遊樂場設施，設有兒童機動遊戲、小型動物園、3D及VR效果的遊戲、蒙古包手信店和茶座等等。原來山邊有類似過山車的Fast Coaster。路軌沿着山頭興建，某些彎位更似飛出崖邊，驚險度十足，這個遊戲吸引大人細路排隊玩。



公園上的蘋果許願池

山頂商店售賣特色紀念品

纜車站外還有個塔高372米可俯瞰阿拉木圖市全景的電視塔，大型屏幕播放介紹他們的旅遊風景影片、蘋果噴水許願泉。對小記來講特別吸引是那高掛在雪山上的輪明月，夜幕下又大又亮似離自己很近。這構圖在香港沒法見到的。夜景不遜香港。

賣手信店少見，要買去最地道市集 Green Bazaar，綠色市集除了是感受哈薩克人日常生活的好地方外，同時亦是旅客購買手信的地點，除特產的乾果、朱古力外，更有手工藝品，甚至是傳統樂器等。Green Bazaar分室內和室內兩部分也夠逛半天，室外賣廉價日用品；室內有生菜、韓國菜、蜜糖、肉類、乾果等等過百個攤檔齊集，而且乾淨整潔壁壘分明。在不流行便利店或超市的哈薩克，幾乎所有日常用品和食材都可以在當地街市買到，當地人稱之為綠色市場(Green Bazaar)，內裡沒有水果菜蔬售賣，還有齊所有食材，包括肉類、乾果和香料，肉檔，買馬肉必定是到此，原來馬各部位的肉都有得賣，跟豬牛沒有什麼分別，售價每斤大約百多港元。

愛好冰雪活動者的天堂



Medeo高山滑雪場是世界著名的高山冬季運動複合體。



阿拉木圖高山滑雪場甚具歐洲味道。



露天茶座

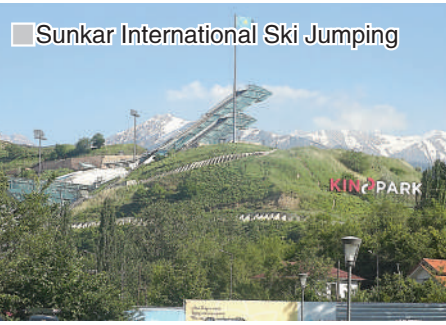
就算不是滑雪高手，也不能不到 Shymbulak Ski Resort 一遊，這裡環境很似歐洲，滑雪場和山腰都有一排小木屋，滑雪場纜車設備簇新，因為是配合2011年亞洲冬季運動會擴建。Shymbulak山上有一排小木屋、雪山旁的露天茶座。這裡的纜車上山約廿分鐘，纜車直達海拔2,200米的Shymbulak滑雪場，中途會望見著名的Medeo滑冰場，位於近海拔千七米的山谷，是2011年哈薩克主辦亞洲冬季運動會場地之一。來回車費只是\$130，不少人隨便上山玩 snow board，去玩滑雪入場費也不用！

Medeo高山滑雪場是世界著名的高山冬季運動複合體。近年來，越來越多的外國遊客來滑雪場滑冰。因世界上沒有與Medeo類似的地方。溫和的氣候，低氣壓，微風，純冰水，一切都讓高山滑雪場特別受遊客們的歡迎。滑雪場除了運動員，普通居民也允許使用。在這舉行過歐洲錦標賽、歐洲冠軍盃等國際比賽。被譽為「世界上最出色的滑冰場」、「創造紀錄的搖籃」，在Medeo很多著名的運動員創造了120多項世界紀錄，附近還有Sunkar International Ski Jumping，高台遠觀已非常有氣勢，簡直是愛好冰雪活動人士的天堂。

同時，有個雪山上的大阿拉木圖湖(Big Almaty Lake)，位於峽谷的海拔2,506米的大阿拉木圖湖，是由大阿拉十圖高峰斜坡崩塌形成的。每逢春季和夏季，陽光直射湖面，波光粼粼，而在一天之中，湖的顏色會由天藍色和綠松色變成深群青色。



大阿拉木圖湖



Sunkar International Ski Jumping



實用資料

簽證：持特區護照免簽證可停留14天，入境超過5天需向當地政府申報戶籍，費用約HK\$195。

交通：哈薩克國家航空公司 Air Astana 逢星期二及五有直航前往阿拉木圖。香港飛往阿拉木圖機程約6至7小時。

貨幣：以美元兌換哈薩克坦吉 Kazakhstani Tenge (KZT 坦吉)，即 HK\$1 約兌 19.2 坦吉，建議帶備美金或歐羅到當地兌換。

時差：比香港慢2小時。

語言：俄羅斯語及哈薩克語為主，品牌酒店服務員/導遊可講流利英語。

飲食文化吃馬肉是傳統

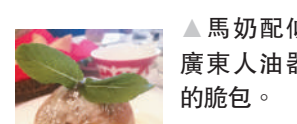
阿拉木圖地方食野都費時，想搵當地地道餐廳要找人帶，路牌、餐廳名、Menu 都係俄文，職員一般都唔識英文。係靠睇相及用國際語言 Body Language。哈哈！去間華麗的充滿哈薩克情調的餐廳享受一下也不錯。

哈薩克人不但擅騎，也同樣愛吃馬肉，在牧區，夏天有宰一歲馬匹宴客的傳統。馬肉更是令外人倍感好奇，但哈薩克人是會把「食用馬」和「策騎馬」分開的，絕不會「生騎死吃」。據當地人講，大部分家庭平日煮飯都未必會吃馬肉，只會在大時節或慶典時才有馬

肥肉潤的菜式，其地位可能跟香港的燒乳豬差不多。至於想一嚐馬肉的旅客，最佳的途徑當然是光顧餐廳。馬肉沒有太重味道，淡淡的，吃馬肉是當地一個傳統而已。

哈薩克人以多樣化的方式烹煮牲畜肉類，搭配各式傳統麵包製品，麵包芝士、沙律是午餐必備。茶點通常包括紅茶及傳統奶類飲品如愛蘭牛奶、羊奶、發酵駱駝奶及馬奶酒等。傳統哈薩克餐點包括多樣菜，接着為湯品及兩樣主菜，口味偏淡，甜品極甜，未必合中國人口味。

馬肉是哈薩克人的招待貴賓的食品



馬奶配似廣東人油器的脆包。

蘋果做的甜品



高檔餐廳設計富有特色



在裝潢華麗的餐廳午餐是享受氣氛多於食品。



在阿拉木圖的綠色市集

美麗四川·神奇九寨

文、圖：梁敏儀

為進一步加強四川省和香港旅遊業界的交流合作以及展示九寨溝的豐富旅遊資源，四川省旅遊發展委員會及四川省阿壩州九寨溝縣6月中旬在香港國際會議中心舉辦「美麗四川·神奇九寨」主題推介會，推廣多種四川特有的美食、自然景區以及可作參考的旅行路線，而交通方面，由香港到成都機場只需2個半小時，極為便利。作為中國最受歡迎的世界遺產自然景區，九寨溝獨特的民族文化吸引不少遊客到訪。成都距離九寨溝大概6個半小時，當地有眾多景點，如神仙池，意為仙女沐浴的地方，是世界上現代鈣化沉積速度最快的喀斯特地貌景觀。另外，新建的甲勿海大熊貓保護研究園將於明年內向遊客開放，遊客可以在

大熊貓真正的棲息地近距離觀賞到憨態可掬的熊貓。推介會上，特別推薦三條比較具有代表性的旅遊路線，其中一條路線是由四川成都出發，先去樂山再去峨眉山。成都可以前往景點之一的太古里，在當地可以體驗時尚現代的成都生活，感受當地人的生活模式，然後去金沙博物館感受千年的古蜀文明，最後要去川菜博物館了解川菜的前世今生，包括貴為川菜主要調料之一的豆瓣醬是怎樣做成的。接着，前往樂山只需兩小時的車程，在樂山可看到有名的樂山大佛，亦可品嚐到當地的甜皮鴨。最後到峨眉山，距離樂山就只有30公里的地方，當地佛教文化聞名於世，可嚐鮮嫩的豆腐腦。



早前旅遊展覽現場



推介會展示九寨溝當地自然保護區的珍貴動物