



文/羊城晚报记者 黎存根

# 秋高气爽名山登高正当时

秋高气爽,正是旅游登山的好时节。对于普通游客来说,此时外出旅游登山,最不能错过的就是祖国那瑰丽的名山大川。秋高气爽,在强健体魄的同时,看着雄伟壮丽的山峰,层林尽染,美不胜收。

## 推荐地 黄山

### 黄山归来不看岳

俗话说,“五岳归来不看山,黄山归来不看岳”,这是对黄山最好的诠释。黄山位于安徽省南部黄山市境内,有中华第一奇山美誉,它是世界文化与自然双重遗产、世界地质公园。黄山有72峰,主峰莲花峰海拔1864米,与光明顶、天都峰并称三大黄山主峰,为三十六大峰之一。



黄山的日出奇观勾人心神 新华社发(施广德 摄)

### 登高看点:

黄山,以雄峻瑰奇而著称,千米以上的高峰有72座,峰高峭拔,怪石遍布,奇松、怪石、云海“三奇”天下闻名。花岗岩地貌、第四纪冰川遗迹、水文地质遗迹等地质遗迹和地质景观资源,与黄山文化等人文景观资源以及丰富的动植物资源,构成了一座集山、水、人文、动植物为一体的大型花岗岩区天然博物馆。

### 登高线路:

景区内游览步道30余条,总长50000余米,云谷寺(后山、北山)、慈光阁(南山、前山)是游览黄山主景区线路两端的起点,也是黄山门票售票处,一般从后山云谷寺上,前山慈光阁下,节省体力。

交通:广州可直飞黄山屯溪机场,也有火车直达黄山。

## 推荐地 庐山

### 匡庐奇秀甲天下

庐山素有“匡庐奇秀甲天下”之美称,既是世界遗产,也是世界地质公园,久负盛名,历史上吸引了大批文人骚客、达官贵人到此游览。庐山自古命名的山峰便有171座,主峰汉阳峰,海拔1474米。

### 登高看点:

庐山风光秀丽,群峰间散布冈岭26座,壑谷20条,岩洞16个,怪石22处。水流在河谷发育裂点,形成许多急流与瀑布,瀑布22处,溪涧18条,湖潭14处。最为著名的三叠泉瀑布,落差达155米,有“飞流直下三千尺,疑是银河落九天”之美句。山中独特的气候条件会产生神奇多彩、变幻无穷的气象景观。

主要风景名胜还有五老峰、含鄱口、芦林湖、东林寺、白鹿洞书院等。庐山上还荟萃了各种风格迥异的建筑杰作,包括罗马式与哥特式的教堂、融合东西方艺术形式的拜占庭式建筑,以及日本式建筑等,堪称庐山风景名胜区的精华部分。



庐山含鄱口风景迷人 新华社发(傅建斌 摄)

### 登高线路:

庐山景区范围甚广,登山线路繁多,一般是从好汉坡登庐山到牯岭镇,从牯岭镇前往各大景点。

交通:广州可直飞九江庐山机场,也可以坐火车到九江再转车到庐山。

## 推荐地 武当山

### 天下第一仙山

武当山是著名的道教名山,位于湖北西北部十堰市丹江口市境内。有72峰,36岩,24洞,11潭,3潭,9泉等名胜,构成瑰丽多姿的天然画卷,被誉为“亘古无双胜境,天下第一仙山”。

### 登高看点:

武当山从山脚下到山巅天柱峰金殿,约数十里长的蜿蜒山道两旁修建了9宫、9观、36庵堂、72岩庙、39桥梁、12亭台等庞大的建筑群,蔚为壮观。风景名胜以天柱峰为中心有上、下十八盘等险道及“七十二峰朝大顶”和“金殿叠影”等。规模宏大、气势磅礴的紫霄宫,坐落在武当山展旗峰下,群峰山岭环绕,历来被视为“紫霄峰地”。此外,被誉为“海市蜃楼”的古建筑“太子坡”亦名“复真观”,其背靠狮子山,建筑布局极具特色。南岩宫,即南岩胜境,是武当山36岩中最美的一处。



武当山“仙山琼阁”景观 新华社发(杨广智 摄)

### 登高线路:

武当山可坐索道登顶,徒步登山可从南岩乌鸦岭停车场开始,可一路登高到达金顶。

交通:乘飞机到襄樊武当山,再乘车到武当山。也可从武汉乘火车到武当山站。

## 推荐地 泰山 登泰山而小天下



泰山石刻 李力 摄

俗话说,登泰山而小天下。位于山东省中部泰安市的东岳泰山,是世界文化与自然双重遗产,主峰玉皇顶海拔1545米,气势雄伟磅礴。山上历代帝王、文人墨客遗迹甚多,建筑恢弘大气。

泰山的人文景观,其布局重点从泰城西南祭地的社首山、蒿里山、至告天的玉皇顶,形成“地府”、“人间”、“天堂”三重空间。宏大的山体上留下了20余处古建筑群,2200余处碑碣石刻,道教、佛教视泰山为“仙山佛国”,在泰山建造了大量宫观寺庙。

### 登高线路:

泰山登山线路有很多,初次登泰山的建议沿红门—中天门—南天门这一古御道,也就是东线登山。想观看泰山日出这一奇景最好选着夜间登山,晚上10:00左右出发,因为山上气候多变,看云海日出并不容易。夜间气温昼夜变化大,注意带件厚衣服上山。

交通:可以乘坐飞机到济南,然后直接通过机场大巴前往到泰安,有旅游巴士到泰山。



泰山气势雄伟 羊城晚报记者 李力 摄

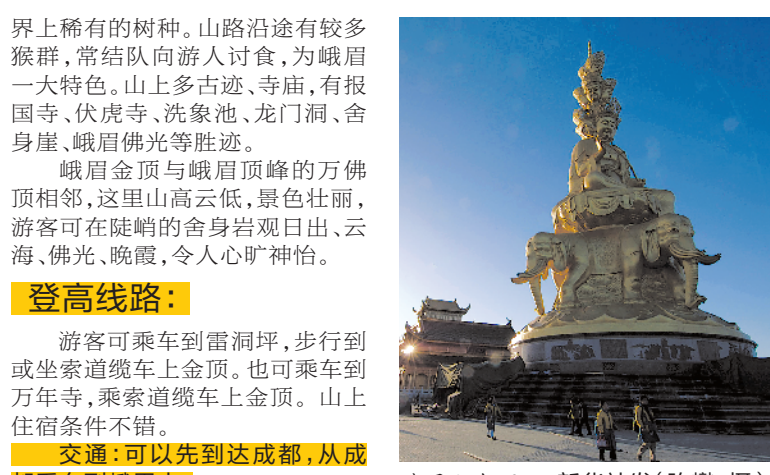
## 推荐地 峨眉山

### 峨眉秀甲天下

峨眉山是中国佛教四大名山之一,位于四川省乐山市峨眉山市境内,有寺庙约26座,重要的有八大寺庙。峨眉山地势陡峭,风景秀丽,有“秀甲天下”之美誉,最高峰万佛顶海拔3099米。峨眉山一乐山大佛,被列入世界文化与自然双重遗产名录。

### 登高看点:

峨眉山气候多样,植被丰富,共有3000多种植物,其中包括世界上稀有的树种。山路沿途有较多猴群,常结队向游人讨食,为峨眉一大特色。山上多古迹、寺庙,有报国寺、伏虎寺、洗象池、龙门洞、舍身崖、峨眉佛光等胜迹。



峨眉山金顶 新华社发(陈曼 摄)

### 登高线路:

游客可乘车到雷洞坪,步行到或坐索道缆车上金顶。也可乘车到万年寺,乘索道缆车上金顶。山上住宿条件不错。

交通:可以先到达成都,从成都乘车到峨眉山。

## 海外采风

文/羊城派记者 李力 图/北领地旅游局

# 从北领地了解澳大利亚另一面

## 北领地概况

北领地位于澳大利亚大陆中北部,是澳大利亚联邦政府的直辖区之一,其首府为达尔文。北领地约4/5面积位于热带内,以丰富多样的野生动植物、出色的自然景观和文化特色而闻名。其最著名的旅游资源包括红土中心、标志性的乌鲁鲁、北部原住民保留地阿纳姆地,以及被列入两项世界遗产名录的卡卡杜国家公园等。

近日,澳大利亚北领地旅游局在北京、广州、上海三地举办媒体分享会,推荐北领地经典旅游产品,并邀中国游客前往北领地,探索澳大利亚真正的广袤内陆。日前,《孤独星球》杂志“2019最佳旅行目的地”榜单揭晓,澳大利亚北领地红土中心被评为“十大最佳旅行地区”第四位,让这个神秘的地方走进大众视野。



乌鲁鲁—卡塔丘塔国家公园直升机之旅



达尔文鳄鱼湾

## 推荐地 达尔文

现代、青春和多元文化的达尔文是北领地首府。在达尔文,全年都可享受户外生活:露天餐厅、海边市场,以及各种各样的户外节日。离开市中心几分钟就能抵达海滨餐厅、参加鳄鱼冒险,或是进行丰富的历史文化体验。

迈出这个大都市,则可以感受北端地区的自然、文化和探险活动。距离达尔文仅90分钟车程即可到达备受当地人喜爱的李治菲特国家公园,来到这里除了探索各式各样的天然游泳池和瀑布之外,还不能错过两米多高的神奇白蚁墩,这会让您印象深刻!

在李治菲特国家公园探访两米多高的神奇白蚁墩

## 推荐地 凯瑟琳

凯瑟琳是北领地的第三大城市,它位于凯瑟琳河畔,澳大利亚内陆正是从这里跨入了热带。凯瑟琳是通往尼特米鲁克国家公园的大门,这座公园建立于1989年,由崎岖的地貌、壮观的瀑布和郁郁葱葱的峡谷组成,因壮观的尼特米鲁克峡谷而美名远扬。乘坐独木舟在尼特米鲁克峡谷中漂流,或是乘坐直升机沿着峡谷飞行,都能从不同角度感受峡谷中欣欣向荣的自然景致。徒步爱好者则可以选择各种长度和难度的远足小径,饱览尼特米鲁克峡谷的壮观景象。



尼特米鲁克国家公园凯瑟琳峡谷徒步

## 推荐地 乌鲁鲁

乌鲁鲁是世界上最伟大的自然奇观之一,被誉为澳大利亚的“心脏”,被评为世界文化和自然双重遗产。乌鲁鲁体积巨大,长约3千米,宽达2千米,高350米,周长则接近10千米。我们所见到的乌鲁鲁仅是冰山一角,它更大岩体部分隐藏在地表之下,深达6公里,而仅仅是露在地面的部分就已经堪称世界上最大的单体岩石。地质学家表示,乌鲁鲁形成于大约5.5亿年前。它不仅仅是一处壮观的自然景观,更是北领地原住民的精神圣地。

## 推荐地 卡卡杜国家公园

卡卡杜国家公园是澳大利亚藏于深闺的秘密花园,因其文化和自然价值而被列入世界遗产。从达尔文文团或自驾前往这个仙境仅需几个小时。卡卡杜国家公园的原始风貌几千年来变化不大,其中古老的原住民文化可追溯到5万年前。同时,这里还拥有2000多种植物,是澳大利亚1/4的淡水鱼类和1/3以上鸟类的家园。

## 贴士

目前,中国游客前往澳大利亚北领地已有直飞航班。东海航空于2018年5月30日开通了深圳往返北领地首府达尔文的直飞航线,单程飞行时间仅为5小时40分。游客亦可通过新加坡、登巴萨或澳洲主要城市悉尼、墨尔本、凯恩斯、布里斯班、阿德莱德、珀斯转机抵达北领地的达尔文、爱丽丝泉和乌鲁鲁。

## 旅游播报

# 香格里拉“骑向未来3”广州站公益骑行启程

羊城晚报讯 香格里拉酒店集团“骑向未来3”项目的广州站公益骑行活动上周在广州香格里拉大酒店5800平方米户外花园中正式启程。

香格里拉酒店集团副总裁兼广州香格里拉大酒店总经理刘荣良介绍,香格里拉酒店集团于今年9月6日在广州香格里拉大酒店正式启动了“骑向未来3”,宣布旗下30家酒店将共同参与此公益项目,自10月20日起,跨越25座城市、集结5000名骑行者、四条线路(华中、华南、华东、华中)并行的大型公益骑行正式启动。骑行所经过的部分酒店亦举办了公益晚宴、义卖等系列活动,活动部分所得将捐赠给爱佑慈善基金会,用以支持“爱佑晨星”项目100位孤贫患儿的手术治疗。

目前,参与该项目的30家香格里拉集团酒店已举办了多项公益晚宴、公益义卖等活动。据悉,全部4条主线路将于11月3日分别抵达目标终点——上海。广州站为华南(北海至香港)线路的重要途经站点,该线路的主力骑手从北海出发,途经桂林,到达广州,再经过深圳后抵达香港。

香格里拉酒店集团副总裁兼广州香格里拉大酒店总经理刘荣良先生表示:“很荣幸能以如此富有创新的方式参与公益。感谢所有参与者,正是他们的付出,唤起了社会对先天性脑关节脱位患儿群体的关注与支持,也为这些亟需帮助的患儿带来了希望。”(文/图 李力)



广州站公益骑行活动启动仪式