



冬天，泡汤啦！

杭州周边温泉计划

撰文、整理 / 本报记者 周乐乐

“春寒赐浴华清池，温泉水滑洗凝脂。”白居易华丽的诗句和“贵妃出浴”的传说，写尽了中国人对温泉的向往。

天冷了，又到了泡温泉的好时候。不过，你知道自己适合泡什么样的温泉吗？

据了解，浙江现有的几处温泉都属于含有氡、氟、硅等多种微量元素的“氡泉”，温度一般在40℃至60℃，是比较适合医疗或洗浴的温泉。不过，由于各地温泉含有的元素各不相同，所以泡温泉的效用也有所差别。

杭州氡温泉，养生之泉

据测定，湘湖氡泉水含有14种人体必须的微量元素。而氡泉水本身就是罕见而珍贵的饮用医疗型低钠矿泉水，在中国只发现7处，经常饮用或沐浴能调节内分泌，促进新陈代谢和血液循环，并有养颜护肤的功效，在日本被称为“养生之泉”。

氡温泉，一个许多人颇感陌生的字眼。不过就在杭州乐园边上，有一个氡温泉，天气一冷，不少上海人都赶着过来，因为温泉里有一个罕见的氡泉，极具养生保健功能。

进入氡温泉的路也很奇妙：豪华游艇载着你穿过蜿蜒的河道，依次造访两岸世界著名建筑的缩微模型，然后抵达一处码头，充满了浓郁的异国风味。

据了解，湘湖氡温泉水量大、水质好，更为重要的是，度假村内配备的饮用和沐浴用水就是氡温泉。

周围逛逛：由于离杭州乐园比较近，所以白天可以在杭州乐园里疯玩一阵，或者在度假村的球场上体会高尔夫、网球、沙滩排球等，晚上再回去静静地泡温泉。

出行宝典：过钱塘江大桥往萧山方向可至氡温泉度假村，或者搭乘杭州乐园专线车直达氡温泉度假村。

基本费用：148/人。

泰顺承天，浙江最热的温泉

承天温泉属低矿度、高温、氟化物、氯化物、硫酸盐、对风湿病、关节炎、牛皮癣等疾病有一定的疗效。

一般的温泉水都在40℃左右，不过在浙江泰顺与福建福鼎交界的一个峡谷里，有一个承天温泉，水温在59℃—68℃之间，是浙江省温度最高的温泉。更为奇妙的是，因为出水温度高，就连山谷泉眼里的水也是热乎乎的，还在冒着热气，要是你走累了，随时随地都能在泉水里放松一下。

不过去承天温泉，你要有心理准备，在这里一般只开放一个池子，池的大小刚好容下三家人大大小小十个，不像其他地方什么中药美容、玫瑰花浴甚至还有牛奶浴。而除了几个氡泉水外，就只有一个鱼疗池了，在承天，体现的是一种回归自然、天人合一的奇妙。

周围逛逛：承天峡谷的景色不错，适合疗养。此外，泰顺附近有神龟望峰、南宋古刹等名胜，最有特色的当然是泰顺廊桥。泰顺的特色小吃和山菜也很多，比如观音豆腐、奶棒、苦马、苦夹、蒲瓜干等等，很多都是闻所未闻的。

出行宝典：沿杭金衢高速转至丽水出口下，经云和、景宁到泰顺雅阳；也可沿上三高速转甬台温高速经温州苍南至泰顺雅阳。

基本费用：118元/人，住店客人68元/人。

宁海南溪，最清澈的温泉

宁海的温泉中含硫为主，兼有钾、镁、钠等多种元素，对心病、关节炎以及神经、皮肤、消化系统疾病治疗有帮助，还有镇静、催眠、消炎、止痛等作用。

凡是亲身到过南溪温泉的游客，对“温泉新水宜清浴”都有特别的感受。因为南溪采自地下330米深处的温泉水清澈透明，水温49.5℃，是全国三大著名优质的温泉之一，向来有“华东第一泉”的美誉。

关于南溪温泉的来历，还有个神奇的传说。传说东海的龙女，因倾慕宁海南溪的秀峰碧水，擅离宫廷，来到了南溪的卧龙谷，一住就是数天(人间数年)。此事震

怒了海龙王，派龙兵龙将捉拿龙女问罪。龙女无奈，只得将护身宝物龙珠抛下山谷，以寄爱心。顿时山谷中火光闪闪，少顷，火光慢慢下沉，热气和热水汩汩而出，这便是今日的温泉眼。

传说归传说，不过今日的南溪温泉，被著名的天台山和四明山环抱，终年青山碧水、草木葱茏、溪水潺潺，幽静的环境对镇静、催眠可是大有好处的哦！

周围逛逛：南溪温泉临近的前童古镇，始建于宋末，以古民居建筑奇特、明清古建筑保存完整和历代文人辈出而闻名。

出行宝典：自驾车可沿甬台高速转甬台高速到宁海南溪。

基本费用：88元/人。

武义，可以在房间里泡汤

唐风利用温泉地热精心打造了石板泉，对风湿病有特殊疗效；武义沁温泉里偏硅酸、偏硼酸的含量达到医疗价值浓度，对神经、心血管和消化道疾病具有显著的康复与辅助疗效。

武义是个温泉宝地，温泉资源丰富，唐风温泉和清水湾的沁温泉都是比较新的温泉项目。

唐风温泉据说面积有50余亩，含20多种温泉种类，还特别设置了浙江人听着就很熟悉的西湖池和钱塘江池。要是你和你的家人不喜欢在公共场合里泡温泉，那也可以回宾馆房间里慢慢体会，因为温泉水已引到了每个室内，越小的温泉反而越私密。

而在清水湾沁温泉，有极具中华传统古韵的生肖池与五行池，追求宁静禅味的日式温泉，若是碰上大雪纷飞的天，在43摄氏度热气缭绕的温泉水里看雪花乱舞，不时有雪花落在温泉里，浪漫之余更是充满了纯净之感。

周围逛逛：武义有郭洞、俞村等江南古镇，离金华也很近，可以去看看双龙洞，或者去兰溪走走诸葛八卦村，据说没有导游会走不出来噢。金华的酥饼、兰溪的鸡子粿都很好吃，推荐去尝尝。

出行宝典：杭州出发，上杭甬高速，在萧山处转道杭金衢高速公路，快到金华时左拐至丽水方向的金丽温高速，在武义出口下，总里程约200公里，全程2小时。

基本费用：旅行社有类似的线路推荐，包诸葛八卦村游览在400元左右。

天台山温泉，药膳滋补

天台山温泉除了含有氟元素之外，还含有高标准的氟和偏硅酸，对改善肌肤、调节内分泌、调节心率与血压、减少老年斑、减肥等都有好处。

天台山温泉是去年开张的，靠做保健品铁皮石斛发家的老板还编了个顺口溜：吃仙草、品仙菜、洗仙浴、做仙人。据说，有个菜是用铁皮石斛作饲料一连喂食鹅两天，然后用这鹅做成菜——听着颇有几分世外桃源的感觉。

这里的温泉水是取自500多米深处的天然地热温泉，不过暂时还没有开发露天温泉、室内温泉这些大众温泉项目。温泉水都是直接进房间，而且因为是按照五星的新设备来建造的，浴缸很大，设施也是相当完善。

周围逛逛：沿途能经过石梁飞瀑景区游览，边上有个佛教圣地，还有济公故居，很适合修生养性。此外，天台山冬季的景色值得推荐。

出行宝典：上杭甬高速转上三高速，从天台出口下高速就能直达温泉宾馆。

基本费用：豪华房1680元/间、标间1080元/间