

<<快乐老年快乐游>>

图书基本信息

书名：<<快乐老年快乐游>>

13位ISBN编号：9787111360100

10位ISBN编号：7111360109

出版时间：2011-11

出版时间：机械工业

作者：良卷文化

页数：203

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<快乐老年快乐游>>

内容概要

本书内容简介：养生怡情，是中老年朋友最关心的人生主题。对他们来说，旅游的意义不只是看风景，更是希望能够促进身心健康，延年益寿。本书从中老年朋友的体力、财力、兴趣爱好出发，紧扣“养生怡情”的主题，从全国无数的景点中精选出多个特色景点。书中设有丫丫讲攻略、丫丫说景点、丫丫推看点、丫丫温馨提醒、谈古论今、养生妙招等板块，既有知识，又有服务，既轻松有趣，又涤荡心灵。

<<快乐老年快乐游>>

书籍目录

东北地区

- 01 红海滩
红海滩与芦苇海的奇异组合
- 02 青山沟
传说神仙住过的地方
- 03 长白山
盛产人参的北国仙山
- 04 净月潭
苍茫的林海，晶莹的冰雪世界
- 05 镜泊湖
清波涤荡人心的避暑胜地
- 06 太阳岛
天然无饰的原野风光
- 07 五大连池
祛病强身的药泉圣水

华北地区

- 08 北戴河
中国最优良的天然浴场
- 09 木兰围场
曾是世界最大的皇家猎场
- 10 昌黎黄金海岸
中国最壮美的海滩
- 11 白洋淀
芦苇掩映的北国西湖
- 12 呼伦贝尔草原
最纯净的绿色天堂
- 13 五台山
清凉世界的文殊道场
- 14 恒山
悬空寺的建筑奇迹

华东地区

- 15 微山湖红荷湿地
映日荷花别样红
- 16 崂山
“神仙”的天堂
- 17 西湖
欲把西湖比西子
- 18 西溪
人与自然和谐相处的湿地
- 19 钱塘江
天下第一潮
- 20 千岛湖
- 21 雁荡山
天下奇秀的东南第一山
- 22 莫干山

<<快乐老年快乐游>>

绿荫如海的清凉世界

23 楠溪江

青葱明媚的中国山水画

24 天台山

佛国仙山，济公故里

25 普陀山

虚无缥缈的海上观音道场

26 黄山

国人心中的雄山标杆

27 九华山

神秘的不腐肉身

28 鼓浪屿

乐章飘飞的钢琴之岛

29 武夷山

碧水丹山甲东南

30 太湖

烟波浩渺山映水

31 婺源

既明媚又沧桑的乡村之美

32 庐山

匡庐奇秀甲天下

中南地区

33 张家界

误落地球的天上美景

34 洞庭湖

碧波万顷的潇湘胜景

35 衡山

唯有南岳独如飞

36 武当山

张三丰与太极拳的传说

37 嵩山

72峰的壮美，少林功夫的传奇

38 丹霞山

最斑斓的丹霞画卷

39 漓江

桂林山水甲天下

40 北海银滩

东方的夏威夷

41 德天瀑布

世界第二大跨国瀑布的瑰丽

42 三亚海湾

43 天涯海角

最有人文色彩的美丽海滩

44 喀纳斯湖

上帝的调色板

45 天山天池148

西王母的神话遗迹

<<快乐老年快乐游>>

46 青海湖

老人可游的高原明珠

47 鸣沙山·月牙泉

彩沙与清泉的缠绵

西南地区

48 九龙瀑布

中国最大的瀑布群

49 西双版纳

瓜果飘香的神奇乐土

50 云南石林

万石成林，阿诗玛的故里

51 泸沽湖

神秘的摩梭“女儿国”

52 黄果树瀑布

华夏第一雄壮大瀑

53 梵净山

佛光幻影的弥勒道场

54 九寨沟

红叶与丽水的斑斓童话

55 峨眉山

圣灯万盏的普贤道场

56 青城山

道起西蜀的天下幽境

57 长江三峡

万里长江的壮丽山水

58 武隆

北纬30°的地理奇迹

附录

快乐出游100招

<<快乐老年快乐游>>

章节摘录

版权页：插图：即声名显赫的“九龙第一瀑”，十瀑中最为壮观者。

瀑高56米，宽114米，坡度角70°，瀑面呈弧形。

夏日里，银链悬空，水声轰鸣，如战鼓催征。

秋冬时节，瀑水分成四股，似洁白的玉带飘洒飞扬，如冰花临空怒放，令人心旷神怡。

瀑后有一深约10米的水帘洞，瀑下是一深不可测的半圆形脚潭，左边巨石耸立，似一辆古代战车驶入潭中。

置身巨石旁，只见滔滔江水从天而降，势如雷霆万钧，震撼山河。

钙华台阶呈四级梯状。

第一台高3米、宽70米、台面长100米，水流分成数十股呈散流状从滩面掠过，发出“叮咚、叮咚”的清脆悦耳声。

第二台高6米、宽160米，台面内凹呈弧形，瀑布似银链泻入潭中，溅起朵朵水花。

第三台高11米、宽80米，一直径40米的圆形水潭点缀其中，恰似一颗耀眼的明珠，晶莹剔透，分外美丽。

第四台高4.5米、宽70米，正中一湖潭与大瀑布下的脚潭相连，形成一泓绿水，台坝两侧涓涓细流静静流淌，无比甜美。

<<快乐老年快乐游>>

编辑推荐

《快乐老年快乐游:养生怡情游》养生怡情游，退休了，让我们去旅行吧！

谁言寸草心，报得三春晖，父母为儿女操劳一生，儿女送父母快乐旅行。

每个人都会诱惑于远方的风景。

皱纹虽已爬上额头，却阻挡不了您对远方的向往。

也许，旅行是您年轻时的梦，却被繁忙的工作所耽搁；也许，旅行是您壮年时的梦，却因生存的无奈而放弃；也许，旅行是您银发时的梦，却为旅途的劳累而犹豫……有梦就要努力实现！

如今，您已有空闲时间，也有用一生劳作换来的经济积累，又有《快乐老年快乐游:养生怡情游》做全面的旅行指南，不要再犹豫，背上行囊，带上您对远方的向往，快乐出发吧！

旅行，在美丽的风景中养生怡情，在人文历史中感受灿烂与厚重，在经典的红色景点中追忆往昔的峥嵘岁月……

<<快乐老年快乐游>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>