



本报记者林立

## 带着希望去写诗

自古以来,天台山是诗人们心目中一个神圣所在。天台,是“浙东唐诗之路目的地之旅”的重要一站,也是游客到台州游玩最适宜作为起点的选择。

大诗人李白赞美过太多名山。他歌颂这些名胜,寄托雄心壮志,唯有天台,是他孤独时最梦寐的归宿。

“龙楼凤阙不肯住,飞腾直欲天台去。”这位诗仙对天台的爱,几乎可以涵盖历代文人墨客笔端流露的深情。

而孟浩然吟叹的“坐看霞色晓,疑是赤城标”,标明的赏霞胜地赤城山。柳泌描摹的“崖壁盘空天路回,白云行尽见琼台”,写的是让人无限遐想的琼台山谷。

天台山山顶主峰海拔1098米,四周群山向而拱之,层层相裹,状如百叶莲花。华顶所在,正是这朵莲花的花顶。这里的美,激荡着唐朝诗人们的心,不同的诗人,在这里留下了50多首诗篇。

游客至此,放眼四望,心里也就有了诗。有诗的地方,总是迸发着迷人的“希望与梦想”。“拥抱希望逐梦之旅”路线,揭开仙居景星岩、临海东湖、紫阳街等地的绝美风光。

曙光碑,在温岭市石塘镇的海滨屹立着。这里是21世纪到达大陆的第一缕阳光洒落的地方,无论你何时前往,你看到的第一缕阳光都像本世纪初那一缕般震撼。

如果你在临海的括苍山顶醒来,同样会汲取到朝阳映射的力量。峰顶的一架架风车



本版配图由市文化和广电旅游体育局提供

本报记者陈婧

细心的市民不难发现,这几天,台州的公园、街道已“穿上红装”——缤纷的彩灯、红红的灯笼、大写的“福”字。新春的热闹喜庆,一天比一天浓郁。

留在台州过大年,除了游玩景区,去附近的公园、绿道走走逛逛,放松心情,也是一个不错的选择。

## 家门口的绿色与健康

在椒江,白云山体育公园颇受市民欢迎。下午3时,不少市民在这里悠闲地晒着太阳,“这边背靠白云山,环境好,离家也很近。来这里走一走,感觉很舒服!”家住枫山新

新春佳节,即便不离开台州,大家仍然可以尽情游玩。因为台州自前年开始,就推出了多条主题旅游线路。走一条线路,往往能将几个县(市、区)的景点串联起来。

跨越山海,走访城镇,先跟着记者的文字游一番台州吧!

## 假期游台州,一条路线无限享受

带来清洁能源的同时,仿佛也给每个到此一游的人注入强劲的电力,让人不禁想大声呐喊。

## 拥抱爱情与大海

无论是带着对爱情的憧憬,还是带着爱情去旅行,台州都有一个适合表白地方。

“爱情之旅”路线,仍然要从天台走起。这里是“刘阮遇仙”爱情故事的发生地,驻足于天台的绝美风光中,情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

转游神仙居,爱情之路则更多。情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

情侣们或在石梁飞瀑前深情相拥,或于天台国清寺为爱情许下诺言。

气不输于大陈的“千洞之岛”——蛇蟠岛。这是一个曾经常年受海盗劫掠的边陲小岛,因地形崎岖,宛如蛇蟠龙蛰而得名。游玩蛇蟠,欣赏石头艺术,领略海滨风情,台州豪情定会装满游客的回忆。

台州海岛,得阳刚之美,也具婉约之媚。温岭石塘,近些年来得益于民宿业的大规模开发,已出落得清新闲适。在这里,随手就能拍出可做成封面的美图。

“神鹿祈福,洞天长依。”玉环大鹿岛孤悬在烟波浩瀚的东海,相传是古时神鹿因偷衔仙果撒于人间而被坠入东海后形成的,这里的石雕、森林、海景,一直是玉环最闪亮的名片。

是,在台州,你可枕涛而梦。漫漫的海岸,静静的港湾,诸岛如珍珠般撒落,波涛卷着雪白的浪花,一遍又一遍亲吻着海岸。

## 慰藉身心台州城

台州,是一个“让心灵去旅行”的胜地。“禅修问道寻缘之旅”,叩问游客的心灵。

天台山国清寺、桐柏宫的钟声,是一曲“佛宗道源”的吟唱,和合文化的回响,也是游客们寄放心灵的最佳选择。

千年之前的隋唐,一位先行者为天台山下种下禅意种子,也开启了“国清寺”的千年美名。他就是智者大师。

比智者大师在大众中更知名的台州佛教人物,当属“济公活佛”。

天台的济公故居是又一处胜地。修缮一新的济公故居,分为观霞阁、济公李氏故居和陇西园三大部分。这里是济公长老故事的起

点,更是信众们心中的远方。

道教南宗祖庭桐柏宫,原名桐柏观,桐柏崇道观,建于天台县城北二十里左右的桐柏山西南瀑布布岩。

据有关典籍记载,最初有修道葛玄在桐柏宫炼丹而闻名,道学大家陶弘景、司马承祯都曾在此隐居。至北宋年间,天台人张伯端流放岭南时,偶遇真人刘海瞻得授真诀,后作《悟真篇》传世,因其代表人物多出自南方,故名南宗,与王重阳创立的北宗遥相呼应。

修心可贵,入世更真。心灵得到放松,身躯也有更好的状态去悠悠台州城。“台州城镇之旅”路线,让你饱览浓郁的人文旅游资源。

秀丽的山水围绕着一座座风情小镇,入临海古城,游东湖,登长城;去椒江市府,漫步海门老街,休憩和合公园;到黄岩橘都,拾级九峰公园;品味路桥小街,购物于商厦名店;感受温岭繁华经济,探寻长屿洞天;领略玉环的魅力,徜徉于漩门湾湿地;看罢神仙居云烟奇石,下山又驻足于皤滩古镇……

每一座城,有景有物有人文,处处皆可满足身心。

逛城镇,美食自不可少。“鲜在台州美食之旅”,就是一条专为吃货准备的路线。

几千年的历史传承与创新,形成了台州独特的饮食文化。主食小菜,甜点小食,生猛海鲜,但凡想得到的种类,你在台州的餐桌上都吃得到。

海鲜,是外地游客到台州最垂涎的美食。台州的海鲜,呈现的是不同的大海真味。

当然,海鲜之美,只是台州美食一角。花样繁多的主食,可以让你肚子饱了,嘴巴还饿着。

姜在台州,就是润物细无声般的存在。甜口的姜汁核桃调羹,咸口的姜汤面,集滋补暖

## 话出游

胃,祛湿祛寒于一身。

还有糟羹、泡虾、饺饼筒、嵌糕、肉末炊饭、鱿鱼炒年糕、炒麻糍、萝卜圆……这几样可以当饱腹的主食,也可当大胃王的餐间点心。

百县千碗,在台州只是个虚词。如果你时间足够,台州各地都有千碗美食待你尝试。

## 红色印记起热潮

近年来,台州红色旅游市场持续升温,以椒江一江山岛和大陈岛、三门亭旁、温岭坞根、黄岩平田等景点为代表,掀起发展红色旅游热潮。

三条红色旅游线路,是另一道独特风景。“红色印记初心之旅”,从三门亭旁红色旅游纪念地出发,途经三门蛇蟠岛景区、临海灵湖景区、台州府城文化旅游区,最后行至椒江一江山岛、大陈岛。

“丹山赤水信仰之旅”,以天台三州红军岭为第一站,沿途包含天台国清寺、后岸村、临海市岩坑村、仙居永安溪休闲绿道景区、神仙居景区、姚岸村等景点。

“砥砺前行使命之旅”,以路桥区陈安宝纪念馆为第一站,途经路桥区林西斋纪念馆,到达温岭市中国工农红军第十三军第二师烈士陵园,最后参观玉环市漩门湾观光农业园、海山乡大青村爱国主义教育基地和大鹿岛景区。

当前,人们的旅游观念已普遍转向体验游、休闲度假游,红色旅游市场的消费群体也逐年年轻化。这意味着,红色旅游目的地要不断打造出新型的体验和参与感。趁着假期,带上家人和孩子,一起去体验体验吧。

台州除了旅游景点,还有不少名气响当当的公园、绿道、健身步道

## 走一走,逛一逛,悠哉时光乐融融

简单的健身设施,近年来增加了许多项目,挺多人在这里运动的。”

在白云山体育公园逛了一圈,记者发现,这里还建有气排球场、羽毛球馆、笼式足球场、太极训练基地、排舞广场、儿童拓展训练区等。

而这样的体育公园,在椒江不止一处。在椒江大桥下“藏”着的大桥公园,同样受到市民的欢迎。

家住葭沚街道的李隶桦经常带孙女过来玩。“我们走过来几分钟就到了,这里地方大,设施齐全,孙女很喜欢。昨天来过,今天又要过来,这里简直是我们的活动‘根据地’。”李隶桦说。

他还告诉记者,近年来,大桥公园增加了许多体育元素,有地掷球场,还有门球、气排球场等,解决了周边老年人的休闲锻炼难题。

来自湖北的秦女士一家也住在附近。秦女士说,今年过年不打算回老家了,假期里就带孩子逛逛公园,也是不错的选择。“这里空气清新,草坪干净,孩子在这里玩也放心。”

记者了解到,2018年至今,我市积极探索“体育+公园”模式,路桥区中央山体育公园、仙居市民体育公园、温岭山下保山体育公园、温岭五龙山体育公园等陆续开放。这些体育公园均设有篮球场、羽毛球场、健身步道等设施,部分园区还设有儿童游乐区。

## 智慧步道增加乐趣

在椒江滨江公园对面,“微笑”绿道早已成为热爱健身慢跑的市民心中的“网红”。漫

步在绿道上,时不时会被上面的微笑表情“表白”。这条绿道还加入了地面导航和彩绘团,颜值超高,处处可见匠心独特的设计。

“出了好多汗!爽!”市民陈冰妍和孩子们刚锻炼结束,脸颊红扑扑的,“出来骑骑车运动,比待在家里舒服多了,健康又低碳。”陈冰妍笑着说,“我还专门收集了台州的绿道地图,打算春节带孩子逐个打卡。”

在路桥,一条环山绿道,将中央山公园一期、二期以及体育公园串联在一起。

这条“之”字形绿道,以“云中绿道”为构思,全长310米。从空中俯瞰,“之”字形绿道穿梭在高大乔木之间,若隐若现,犹如云中道路一般。

绿道上,有人在拍风景,有人在自拍,还有人在锻炼……

市民罗先生是个生意人,在义乌做眼镜生意多年,“月初刚回台州,专门带爸妈和孩子出来逛逛。第一次来这条绿道,环境很好。”罗先生感叹。

罗先生的父亲也说,很久没有一家人出游,今年春节不打算外出,就准备和家人在附近逛逛玩玩,“家门口的好风景,可不能浪费了!”

这条绿道还有不少科技元素,是一条“智慧健身步道”。

据介绍,“智慧健身步道”由电子屏与数个传感器组成,运动时会显示实时的健身数据,市民在运动结束后,可通过APP获取运动时间、里程、消耗的卡路里等信息。APP也会根据锻炼者个人的运动信息,给予个性化的运动建议。

“智能+体育”迸发的体验感与新奇感,吸

引越来越多的市民迈开腿、动起来。

家住玉环的陈鑫是“智慧健身步道”的忠实粉丝。有夜跑习惯的他经常会去玉环湖公园的“智慧健身步道”跑步。“每次在大屏幕上看到自己的网名,感觉挺新奇的。”陈鑫说。在他看来,智能体育设施的创建,有助于养成长期的锻炼习惯,也会吸引更多市民参与健身。

我市目前已经建成多条“智慧健身步道”,如椒江区环枫山智慧步道、路桥区中央山公园智慧步道、临海市滨江路智慧步道、温岭市九龙湖湿地公园智慧步道、玉环湖公园全民智慧步道等。市民不用远行,就能享受步道带来的健身乐趣。

## 链接

## 只要走出家门 就不能忘记的防疫小贴士

春节期间,市民外出休闲娱乐健身,切莫忘记防疫,一定要做好自我防护。

外出时务必佩戴口罩,有条件的可佩戴一次性医用外科口罩。切勿将冬季保暖口罩、防霾口罩、普通口罩和自制口罩,与医用口罩混为一谈。

在进入公园等公共场所时,牢记保持1米以上的社交距离,配合做好戴口罩、测温、验码、登记等防控工作。

在外归来后,戴口罩前及摘除口罩后、接触过公共设施或物品后,谨记用流动水及肥皂或洗手液洗手,预防接触感染,减少病毒传播。