

粽子和龙舟赛增添端午味道

端午节是有2000多年历史的中国传统节假日，在中国传统节假日中仅次于春节和中秋，在百姓和社会中影响深远。端午节之所以在中国民众中有如此重要地位，不仅因为它久远的历史传承，更在于它独特的民俗蕴含，从2008年开始端午节纳入中国法定节假日，让端午充分融入到现代人的生活观念和生活方式中，使之成为民众生活的重要节日形式，让民众在3天小假中充分体验端午的巨大魅力。

本刊记者 陈润

中国北方端午节是为了纪念爱国诗人屈原，江浙一带是为了纪念吴国名相伍子胥，但是南北方端午节都有吃粽子、插艾条、看龙舟赛的习惯。为了充分挖掘端午节的文化内涵和民俗内涵，让更多民众参与到端午节活动中来，山东省内各景区推出了精彩纷呈的端午民俗活动。

粽子

不容错过的美食盛宴

北方端午节的由来是为了纪念爱国诗人屈原，屈原投汨罗江后，当地百姓划小

船把竹筒投入江中，以免江中鱼虾糟蹋屈原的尸体，后来划小船演变成龙舟赛，竹筒米演变成包粽子、吃粽子的习俗。

在端午节小假期间，章丘白云湖景区推出端午节民俗欢乐汇活动，内容包括参与性强、趣味性强的包粽子比赛，吃粽子比赛，采粽叶活动；推出“丛林寻宝”活动，游客在湿地丛林中寻找鸭蛋和捕捉野鸭、大雁等湖中野生动物；推出以荷花为主原料的饕餮荷花美食宴，游客可以尽情品尝数十道荷花美食大餐。

沂蒙山腹地、崖壁上的神秘古国——天上王城景区推出了品端午美食、与明星面对面活动，游客在天上王



城尽情品尝沂蒙地道美食和各种口味粽子，与山东综艺台《偶像诞生》明星艺员宋健、王亚飞、朱李思和《我是大明星》获奖演员亲密接触，欣赏他们的精彩表演。另外，天上王城金戈铁马、气吞万里如虎的马战表演，庄严、大气的开城迎宾，诙谐搞笑的比武招亲，还有地下冰宫的冰雕欣赏和冰道速滑等也让游客大呼过瘾。

沂蒙民俗第一村——竹泉村推出了包粽子、戴香荷

包、绑五彩线、随着村民一起进山去采艾叶、跟着大婶哼唱沂蒙山小调等精彩民俗活动。端午节假期的晚上19:30，竹泉村将在丰收广场举办“快乐竹泉村篝火大联欢”活动，篝火、烤肉、啤酒、唱歌、跳舞，让游客度过一个个难忘的夜晚，凡在景区食、宿的游客可品尝到粽子、大蒜、鸡蛋等端午佳节传统食品。三天假期，60周岁以上老人持本人身份证游览景区可享受门票免费

优惠，凭各地报纸代金券版

购票可优惠10元。

赛龙舟

中流击水 澎湃激情

赛龙舟一直是端午节的重头内容，也是南方省市端午节期间民众最喜欢的旅游项目，在北方的普及率没有南方高，但近些年，山东省内举办龙舟赛渐成气候。

山东·东平全省第二届

龙舟赛将于2011年6月6日(农历五月初五)在东平湖大安山暂养湾擂响战鼓。本次龙舟赛竞赛项目为公开标准12人制龙舟500米直道竞速，分地市组和地方组两个组别进行比赛。届时，将有来自全省7个地市的参赛队和39支地方龙舟队的1000余名运动员参加比赛。东平湖常年水面209平方公里，这里山水相依、芦苇密布，港汊纵横、鸥鹭翔集，是亲山近水的旅游胜地。沿湖15万渔民举办龙舟比赛的传统已延续400多年，成为当地一项群体性体育盛事。

端午节当天，一年一度的上海城市龙舟邀请赛也将在上海苏州河上鸣锣开赛。前往观看龙舟赛的市民，欣赏“水上红歌”表演，观看民间艺人展示才艺，并在民俗文化一条街上品尝4种式样11种口味的新鲜粽子。届时将有39支龙舟队水上竞技，除了高校队、企业队、机关队、中学生队之外，还有来自匈牙利、奥地利、美国等地的多支境外队伍。主办方透露，不管是专业选手还是业余选手，最近都已紧锣密鼓展开训练，“水上较量”将十分精彩。

放松小石岛 祈福仙姑顶

高考结束，抛开书本，收拾心情，走进碧海蓝天和青山绿水，放松十年寒窗的紧张与疲惫，是每一个参加了高考的学子的心理需求。一些家长在高考开始前就开始为考后孩子的放松做打算了，最近旅行社接到了不少这样的咨询电话。

高考结束后，往往会出现过度放松、情绪抑郁、为分数焦虑等“考后综合症”，从考试结束到录取通知书发布，是“考后综合症”的高发期。高考后，许多考生选择看电影、玩游戏、上网聊天，或蹦迪发泄，甚至集体酗酒，通宵不回家；有的则成天埋头大睡。教育和心理专家提醒要控制这类行为，以免由高度紧张到过度放松导致身体免疫力和抵抗力下降，出现身体不适，建议考后要合理安排休息与户外活动，首选到风景优美的地方去旅游放松。为帮助考生科学合理地考后放松，以策划特色精致

旅游产品著称的济南国信旅行社联合威海仙姑顶景区、五星级标准汤泊温泉度假村推出“小石岛出海捕捞放生、仙姑顶福海玉光祈福特惠二日游”。第一天，在垂钓天堂小石岛进行海上观光，乘船游览我国五大海洋生态保护区之一、北方最大的国家级海参养殖基地，参观国家级刺参种苗园——神龟岛，在工作人员的指导下取扇贝笼，免费品尝自己收获的海鲜，晚上住宿在环境



优美、景色宜人的五星级标准的汤泊温泉度假村，可以自费选择享受各种各样的温泉疗养；第二天游览国家AAAA级景区仙姑顶，参观“天下第一玉门”，拜世界最大的玉雕“寿星”，观看

“天下第一玉雕喷泉”，向世界最大的玉雕“福星、禄星、喜相佛”祈灵求福，环游九龙玉壁、极乐净土、创世灵璧等，登玉仙宫，敬拜“世界第一”单体玉雕奇迹“灵玉仙姑”圣像，参加专

门的高考祈福法会，为考生祈福。

放松小石岛、祈福仙姑顶豪华特惠二日游380元，咨询报名电话：86955699 86986600 86972899。

品质旅游 首选国信

山东省十强 济南市十佳 山东省服务名牌 省富民兴鲁劳动奖章单位
长途免费热线 4007005017 国信旅游网 www.gotosd.com 许可证号 L-SD-01076

国内咨询: 86971156 67860799 省内咨询: 86986600 出境咨询: 86986655 QQ咨询: 4007005017 地址: 东关大街东首路北中泰大厦四楼

昆嵛山

胶东屋脊

道教仙境

★昆嵛山国家森林公园、养马岛休闲养生二日游 360元
★昆嵛山、西霞口海滨度假区威海度假养生三日游 580元

沂源

鲁中山水画

济南后花园

★鲁山森林公园、618战备电台一日 140元
★618战备电台、织女洞景区一日 160元
★鲁山森林公园、九天洞、牛郎织女景区、618红色体验二日游 320元

沂水

地质奇观

山水画卷

★地下大峡谷、地下萤光湖一日 178元
★地下大峡谷、地下萤光湖灵泉山二日游 360元
★地下大峡谷、地下萤光湖天马岛、庄氏庄园二日 380元

出境游专线

电话: 86986655

★韩国双船五日 (青岛起止, 6月20/27日发) 特价 1600元
★大阪京都奈良神户关西四日游 2980元
★香港澳门直飞豪华五日游 2880元
★巴厘岛品质浪漫六日游 (2人也成行) 5580元起
★泰国一地七日游 (升级沙美岛2晚) 3780元
★马尔代夫天堂岛四晚六天豪华游 10200元
★法国意大利瑞士十日游 15900元
(7月20/21/23/24/28日/8月11/15发团) (以上线路代北京众信接团)

沂蒙风情

豪华日照海滨二日游

•住宿海边挂牌三星酒店: 参团价: 380元

•刘家湾赶海园海边拾贝: 自驾游: 280元

•手铃采茶框, 体验采茶乐趣: 6月4/5日发团

★蒙山国家森林公园一日游 150元

★地下银河、汶河漂流一日游 150元

★天上王城、地下冰宫一日游 148元

逍遥潍坊

仰天山 植物王国

溶洞奇观

仰天山国家森林公园
灵泽溶洞一日 98/118元

★江北最大的垂直溶洞群, 世界上最长的回音壁;

★享有“一窍仰穿, 天光下射”而得名的天下第一佛洞千佛洞等山景奇观。★6月4/5日发团

世园会

世园会、兵马俑、洛阳、开封四日游

游遍: 世园会、兵马俑、开封府、宋都御街。

自组

导游

全程陪同

每周四发团

890元

西安世园会双卧四日游 930元

西安世园会、壶口瀑布、延安

双卧六日游 (天天发团) 1290元

西柏坡、天桂山二日游

红旗渠、太行大峡谷三日游

庐山、井冈山、婺源双卧七日游

嘉兴南湖、上海、苏州、杭州双卧六日游

黄果树、遵义会议、西江苗寨双飞五日游

故宫、长城、颐和园、卢沟桥抗日战争纪念馆三日

重庆、渣滓洞、白公馆、武隆、邓小平故居双飞五日

红色旅游专线

电话: 67860799

西柏坡、天桂山二日游

红旗渠、太行大峡谷三日游

庐山、井冈山、婺源双卧七日游

嘉兴南湖、上海、苏州、杭州双卧六日游

黄果树、遵义会议、西江苗寨双飞五日游

故宫、长城、颐和园、卢沟桥抗日战争纪念馆三日

重庆、渣滓洞、白公馆、武隆、邓小平故居双飞五日

故宫、长城、颐和园、卢沟桥抗日战争纪念馆三日

重庆、渣滓洞、白公馆、武隆、邓小平故居双飞五日