



徜徉山水间 欢乐在蒙山

“人人那个都说哎沂蒙山好，沂蒙那个山上哎好风光；青山那个绿水哎多好看，风吹那个草低哎见牛羊。”很多人知道蒙山是从《沂蒙山小调》开始的，婉转悠长的旋律让人们深深陶醉，歌词中描绘的壮丽山河、秀丽风光吸引了很多人想来蒙山看看。还等什么，十一长假，巧借高速免费的大好时机，开启爱车，带着亲朋好友来一次温馨的蒙山云蒙自驾之旅吧。

沂蒙山上好风光

蒙山云蒙景区(蒙阴蒙山国家森林公园)是整个沂蒙山区和大蒙山的核心景区，森林植被异常丰富，森林覆盖率达到98%以上，每立方厘米负氧离子含量达220万个以上，被称为超洁净地区。蒙山国家森林公园以自然资源为依托，以生态旅游为主题，逐

步开发为全省乃至全国休闲度假、健身康体绿色旅游胜地，是十一登高赏秋、健身休闲、度假游玩的绝佳目的地。

蒙阴蒙山国家森林公园奇峰耸立，层峦叠翠，深涧遍布，古称有“七十二峰”、“九十九峪”、“三十六洞”。景区拥有蒙山叠翠、蒙山花潮、蒙山飞瀑、蒙山云海、蒙山日出、蒙山听涛、蒙山秋色、雪峰玉谷八大自然景观。现已开发蒙

山瀑布、雨王庙、大小云蒙峰、天壶峰、栖凤山、蒙山卧佛、蒙山猿人、邵家寨、蒙山巨龙、百丈崖、浴人、仙池等180余个景点。其中蒙山瀑布为江北极为罕见的三叠式瀑布，上下落差高达60米，飞泻时如银河倒挂，气势磅礴，蔚为壮观，又因瀑布形状如中国地图，又被称为中国瀑布。位于蒙山叠瀑左上方百丈悬崖上端自然开成一拱形洞门，传说此洞五百年开启一次，开时地裂天崩，传说鬼俗仙师王禅老祖当年就在洞内修炼纵横之术。

沂蒙风情 文化蒙山

蒙阴蒙山国家森林公园丰富的自然资源和得天独厚的养生资

源吸引历代帝王将相、文人墨客前来驻足登陆，并留下了大量的名篇佳句吟诵蒙山。孔子“登东山(蒙山，古时称东山、东蒙)而小鲁”，李白、杜甫同游蒙山下“醉眠秋共被，携手日同行”等佳句，苏轼游蒙山诗曰：“不惊渤海桑田变，来看云蒙漏泽春”；明代文字家公鼐作《蒙山赋》；康熙大皇帝冬游蒙山留下“马蹄踏碎琼瑶路，隔断蒙山顶上峰”的诗篇；乾隆皇帝南巡中游览蒙山则留有“山灵盖不违尧命，示我诗情在玉峰”的赞美诗篇，还有民间典故、流传不胜枚举，秦砖汉瓦，古刹庙宇，碑碣石刻等遗存悠悠林立。

投资2亿多元的大型人文地标、世界奇观——蒙山金刚门广场将正式开放迎客。

旅游达人体验

体验者(欢乐小小):

慢游蒙山是一种享受

沿着蒙山很有质感的木栈道，或走或停蜿蜒曲折地前行。与别处的木栈道用扁平的桧结木筑造而成不同的是，蒙山的木栈道是用东北红松木做成的，全长3999米，被世界吉尼斯认证为“世界最长的木质步道”。带着树皮原木建成的木栈道，掩映在丛林中，看上去原始而自然，踩上去，因为有了石阶的坚硬，脚底有种被按摩的感觉。顺着木栈道缓缓前行，拾阶而上，细细品味蒙山之美。途中鸟叫相伴，更有盛开的花吸引着眼球。

体验者(行者无疆):

虚无缥缈 恍如仙境

蒙山很美，远远望去，白色雾气在山顶缭绕，群山若隐若现，仿佛世外桃源一般。蒙山空气清新，松香和花草香交融在一起，猛吸一口沁人心脾。蒙山绿茵环绕，流水潺潺，站在山上，雾气环绕，凉风习习，真是世外桃源，让人忘却了尘世的烦恼，很值得一去哦。

体验者(欢乐开怀):

逃离尘世 吸氧蒙山

逃离都市，让眼睛远离熙熙攘攘的车流人流；让心远离繁琐的事务和终日的忙碌；深深吐出一口郁闷之气，肺腑舒畅，身心放松。在蒙山，一次又一次地做着深呼吸：吸入的是纯净湿润的空气，是富含负氧离子的空气，是远离世间尘埃的空气。



蒙山自驾路线:

济南:

1: 济青高速南线→莱芜方向→临沂方向→京沪高速蒙阴出口→蒙阴蒙山国家森林公园。

2: 京沪高速→蒙阴出口→蒙阴蒙山国家森林公园。

蒙阴蒙山旅游热线:

400—6100007

网址:

www.chinamengshan.com

畅玩蒙山 乐不知返



有着“天然氧吧、度假天堂”美誉的蒙阴蒙山国家森林公园，作为山东山水景区的龙头，除了得天独厚的生态资源外，还在全力打造养生、运动和休闲的概念，推出了以森林冲锋车和森林漂流为代表的休闲娱乐项目。

森林冲锋车是蒙阴蒙山国家森林公园独有、山东省内唯一的娱乐项目，森林冲锋车建在海拔近千米的高山上，有着高山过山车的美誉，平均冲锋速度每秒20米。游客坐在上面，或跌宕起伏，盘旋弯转，或急驰而下，精彩刺激。在林海花潮中乘坐冲锋车，让游客体会到速度带来的惊心动魄的别样心情。

蒙山森林漂流落差达数十米，长3000余米，是山东省内最长的漂流，也开创了山东省内高山森林漂流的先河，游客乘坐漂流筏在蜿蜒曲折的长达3000米的漂流道上跌宕起伏，忽急

忽缓地前进，呼啸的山风声，急促的水流声、昆虫委婉的鸣叫声和游客的尖叫声，声声入耳。

蒙山森林索道从山脚一直延绵到高山之巅，凉爽的山风从索道箱体旁呼啸而过，蒙山逶迤秀丽群山美景和轰鸣恢宏的中国瀑布尽收眼底，你不得不感叹祖国山河之壮美。

女性游客还可以在蒙山之巅的开阔处，迎着朝阳，进行一次别开生面的瑜伽有氧运动。男性游客可以早上爬爬山，吸吸氧，来次吐故纳新之旅。

舌尖上的蒙山美食

蒙阴蒙山远离现代工业，美食都是地地道道的绿色食品。蒙山国家森林公园在十一推出了“颐养蒙山，尽享舌尖上的美食”活动，游客在蒙山国家森林公园可以品尝绿色美食：蒙山光棍鸡、红烧兔子头、炸山蝎、蒙山羊汤、煎饼、五谷杂粮面食等。蒙山大部分美食具有低脂肪、高蛋白的特点，非常适合进补。



高品质的住宿享受



随着人们旅游观念的转变，许多游客已经不再满足“看景”了，更喜欢在一个景区小住一两天，享受慢游的乐趣。蒙山会馆建在植被丰富、生态环境幽雅、群山环抱的蒙阴蒙山国家森林公园

海拔900米的半山腰。蒙山会馆取聚会、相会蒙山之意。相约蒙山会馆，享受自然人间，体验工作中休闲、休闲中工作之惬意，是十一养生休闲的好去处。

琳琅满目的蒙山佳品

在蒙山除了玩好、吃好、住好外，采购一些特色纪念品也是必不可少的。十一期间，蒙山3万棵野生板栗正是丰收的时节，游客可以在蒙山自由采摘。十一期间，蒙山对来景区游玩的游客实行板栗采摘免费的政策，让游客在爱护板栗树的前提下，自由畅快地享受采摘乐趣，游客们或携朋带友、或家人都可前来。另外，蒙山火红的柿子、红艳艳的山楂、沉甸甸的核桃也都成熟，给游客提供了更多采摘选择。

蒙山野蘑菇、山楂、蒙山天麻、蒙山参、何首乌、灵芝、紫草、连翘等都是天然食品和药品，也是很好的馈赠佳品。



玩在蒙山

吃在蒙山

住在蒙山

购在蒙山