

来石家庄平山泡温泉吧—— 解锁冬日最慵懒的打开方式



冬意渐浓,寒风瑟瑟,这样的季节,最惬意的休闲方式莫过于泡一场暖意融融的温泉——当身体浸入氤氲热气中,眼前是静谧的冬日光景,耳旁是林梢的风声鸟声,所有的寒意与疲惫都在这一刻被温柔化解。石家庄市平山县,就藏着多处这样的温暖秘境。你可以在缥缈间温泉的浪漫中寻一份超然,在白鹿温泉的山谷中享一日安宁,在西苑享水湾的欢笑中感受快乐时光,在各种主题温泉里遇见不一样的自己。当雪花飘落肩头,温泉水汽蒸腾成雾,你会发现:原来冬天,可以如此温暖而美好。



■冬日的缥缈间温泉宛如仙境。



■夜泡温泉还能看到梦幻的光影世界

□本报记者 刘文静

缥缈间温泉： 透明的无边界汤池 尽褪尘世喧嚣

如果要选一个接近“仙境”的温泉,缥缈间温泉一定榜上有名。这座按国家AAAA级标准打造的温泉度假中心,藏在平山野生原度假村的群山环抱中。这里的温泉水源自温塘镇历史悠久的地下泉脉,出水温度高达70℃,富含硫磺等30多种矿物质。近50个风格各异的泡池依山势散布,其中最令人惊叹的当属无边际透明温泉——采用透明材质建造的池壁与远山、蓝天浑然一体,仿佛悬浮于天地之间。泡在池中,俯瞰群山林层叠,云岚在指尖流淌,这一刻,尘世喧嚣尽褪,只剩泉水轻抚肌肤的温柔。

缥缈间温泉以“透明温泉”为设计灵魂,有热带风情、生态自然与野奢尊享三大主题区域。

热带风情馆内,东南亚元素无处不在——双鱼岛海滩、神秘火山、洞里湖景……让你不出河北,尽享异域浪漫。空中温泉与无边际泳池相映成趣,是拍照打卡的绝佳背景。生态养心区则主打返璞归真。泡在天然泉池中,四周点缀着爱情主题景观小品,偶有山鸟啼鸣掠过,时光仿佛在此放缓。若追求私密享受,野奢养神区的VIP会所是首选,会所里面配置餐饮、高端SPA、休闲娱乐等设施,满足高端客户多方面的养生需求。

泡得倦了,不妨到休息大厅小憩。免费提供的时令水果、精致点心与暖饮,恰到好处地弥补了身体消耗的能量。若是好友结伴同行,还可以在棋牌室、健身房畅享休闲时光。

白鹿温泉 西苑享水湾： 总有一池热水 为你量身而暖

如果说缥缈间是遗世独立的仙境,那么白鹿温泉与西苑享水湾则是充满烟火气的温暖乐园——这里有为你量身定制的多样选择。

在白鹿温泉,60多个风格各异的汤池依山就势,错落镶嵌在青山翠谷之间。想要二人世界?私密的情侣汤池隐在竹篱外,只闻其声不见其人。全家出游?宽敞的家庭池让孩子尽情玩水。这里还有充满养生智慧的中药池、浪漫满分的花瓣池、醇香迷人的红酒池……每个汤池都等待你发现惊喜。泡汤过后,在休息区斟一杯清茶,品尝免

费水果,冬日的幸福感满满。

西苑享水湾是动静皆宜的温泉游乐场,除了常规的静态汤池,更设有充满趣味的动感温泉区——温泉滑梯、涌泉按摩、气泡浴……让泡温泉变成一场水上游戏。专为孩子们打造的水上乐园水温恒定,家长可以放心地陪孩子一起玩乐。这里的养生区也可圈可点:传统中医理疗搭配现代按摩技术,能有效缓解冬日容易出现关节酸痛、手脚冰凉等问题。

各种主题温泉： 完美匹配你的泡泉需求

平山的温泉最迷人之处,在于它们不是简单的“热水池”,而是被赋予了灵魂的主题体验。各种主题温泉,就像风格各异的冬日情诗,完美匹配了不同人群的不同需求。

甜蜜水果主题温泉,将菠萝、山竹等热带水果精华融入温泉,空气中飘散着甜美香气。据说长期泡浴,肌肤会吸收水果中的维生素,变得水润光滑。芳香爱恋主题温泉中有薰衣草、玫瑰、洋甘菊等,香薰精油与温泉融合,最适合情侣共享私密时光。杯盏温泉将红酒、米酒等融入温泉,淡淡的酒香催生暖意,泡完再去石板上躺一躺,地热透过玉石传入体内,驱寒效果加倍。矿石能量温泉,将玛瑙、水晶等天然矿石的能量与温泉相融,据说对改善血液循环颇有助益。

如果你打算夜泡温泉,还可以看到梦幻的光影世界。缥缈间温泉的光影温泉是一场流动的视觉盛宴。运用现代灯光技术,让水面变幻出七彩光芒。泡在池中,看光影在水波间起舞,寒冷冬夜也变得绚烂多彩起来。

冬泡温泉有讲究 这些要点请牢记

冬日泡汤对身体的益处很多。如驱寒保暖,温泉的热力能扩张血管,促进血液循环,从内而外温暖身体,改善手脚冰凉。舒筋活络,温泉水可放松紧绷肌肉,缓解因寒冷导致的关节僵硬、肌肉酸痛。养颜润肤,平山温泉富含的矿物质能在皮肤表面形成保护膜,缓解冬季干燥。助眠解压,泡汤时大脑会释放内啡肽,让人产生愉悦感,对改善冬季失眠、情绪低落大有裨益。而且,定期泡温泉可调节自主神经,提高身体适应温度变化的能力,增强免疫力。

不过也有一些细节需要注意:

- 1.时间把控:每次入池以15-20分钟为宜,可起身休息片刻再继续,总时长不超过1.5小时。
- 2.顺序有讲究:建议“足部→四肢→全身”逐步适应水温,避免骤热带来的不适。
- 3.及时补水:泡汤前后各喝一杯温水,防止出汗过多导致脱水。
- 4.注意保暖:离池后迅速用毛巾擦干,披上浴袍,防止温差过大引发感冒。
- 5.护肤提示:泡汤后肌肤吸收力强,及时涂抹保湿乳液效果翻倍。

此外,特殊人群有禁忌,孕妇、酒后、空腹或饱餐后均不宜泡汤。心血管患者泡汤最好选择低温池。

(图片由景区提供)

遵守文明礼仪 享受美好温泉

□本报记者 刘文静

温泉之旅是放松身心的美好体验,在享受温泉的同时,我们应当遵守相应的文明礼仪,共同维护舒适整洁的温泉环境。

进入温泉区域前,请先在淋浴区清洗身体,这不仅有助于更好地吸收温泉中的矿物质,也是对他人的尊重。女士记得卸妆、摘除首饰,避免污染水质或损坏饰品。泡温泉过程中,请保持安静,不喧哗吵闹,不在池内游泳或戏水。不要在池内搓澡,这不仅会破坏皮肤保护层,也会影响池水卫生。

尊重环境是文明泡泉的重要一环。请勿在温泉区域内吸烟,保持空气清新。使用后的毛巾等物品应放在指定位置,不随意丢弃。特别需要提醒的是,患有传染病者或酒后人士不宜入池,这是对他人健康负责的表现。

让我们从自身做起,践行文明泡温泉礼仪,使温泉之旅不仅成为放松身心的方式,更成为展示文明素养的窗口。

文明旅游