

都市消费·主打/休闲

城里休闲篇

除了游山玩水的休闲方式,整形、护肤、健身、SPA这种增进健康美丽的休闲内容,在假期也是必不可少的,而且不必出城,就可以尽享其中的乐趣!

运动健身放松身心

小长假由于走亲访友等外交活动会比较多,身体难免会产生疲劳。一般来说,当你觉得身体疲劳的时候都会选择睡觉,但醒来后往往会感觉身体乏力,所以,最合理的缓解身体疲劳的方式就是适当的运动,尤其是低强度的有氧运动。

建议:小长假期间,如果每天拿出30分钟-1个小时的时间做一些慢跑、散步这样低强度的运动,或是去健身房做一些瑜伽、普拉提等有益身心的有氧运动,上班的第一天肯定不会出现类似“星期一综合症”的状态,而是会精神抖擞。

推荐机构:英派斯健身、银座健身、益高健身、五洋健身、黑骏马健身、今日瑜伽、希瓦瑜伽、禅悦国际瑜伽、依雅瑜伽、天成健身



皮肤大餐疯狂补水

中秋期间,也是保护皮肤的好时机,让皮肤趁机吃顿补水大餐,只要躺在美容床上,在美容师柔和的按摩下,小小的睡上一觉,再敷个补水面膜,皮肤的干燥状态就可以马上得到有效的改善,抽出一个半小时的时间就可以完成。

建议:中秋期间,周边游的人群一定不在少数,由于现在日光照射还是比较厉害,所以随身携带防晒产品还是很有必要的,另外,秋季是皮肤最干燥的时候,不论是出去玩还是在家,都要做一些补水的功课。

推荐机构:思妍丽、美丽田园美容专业护肤、银座美容、莎莎美容、克丽缇娜美容、阳光会所、金夫人美容



预约整形焕然一新

中秋三天小长假使得很多小的整形项目受到爱美人士的追捧,目前在整形机构预约中秋整形项目的,以双眼皮重睑、开眼角一些面部小的整形手术和瘦脸术、去眼袋等一些高科技面部年轻化的人数数据多,占到7-8成。

建议:相关整形专家表示,秋季最适合做整形手术,因为恢复快、温度适宜,这个时候也是整形机构旺季的开始,尤其小长假期间,预约手术的量比平时多了好几倍,这就要求爱美者要早打算,选择正规的整形机构和有整形资质的医师并提前预约。

推荐机构:济南美容整形医院、济南爱容医院、济南美莱整形、曹博士整形美容医院、韩城整形、圆通堂整形

水疗足疗养精蓄锐

在假期结束前,可以选择去做个SPA或足疗,让劳累的身体得到很好的休息,为即将到来的工作日养精蓄锐。

建议:做足疗时间比较短,一般来说,40分钟左右就结束,由于老少皆宜,因此大多数的人都会选择足疗馆作为休息的首选。假期足疗机构是人最多的时候,建议如果去一些大的足疗馆,提前预约一下比较保险。而SPA一般是在专业的美容院才有,需要的时间也比较长,要给自己留够充足的时间才能好好享受到SPA的美妙感觉。

推荐机构:华夏良子足疗、好兄弟足疗、家富富侨足道、名医养生会馆、健安中医门诊、郑明明SPA、琉璃时光SPA

The happiness of city and country

城里城外找幸福

MOON
本期主打:趁着中秋体会幸福
Enjoy happiness in Mid-autumn Festival

本刊综合

城外休闲篇

明天就是中秋节了,虽然是只有三天的小假期,但也不能浪费啊,喜欢螃蟹的朋友不妨参看一下我们的吃蟹主题游路线,而采摘一直都是阖家出动最适宜的活动,汽车电影院总想让人去一探究竟,让我们既精彩又幸福地度过这三天吧。

找新鲜——体会不一样的幸福

窝在车里,一边轻松自在地吃着零食看着大片,一边和家人、朋友以及亲爱的聊着天,外国大片中经常出现的汽车电影院总给人浪漫而又幸福的感觉,而到骑马场驰骋一番应该也是不少人的梦想吧,何不趁着这个中秋体会一下梦想成真的幸福。

推荐地点:

马语者马术俱乐部:这里是得天独厚的马匹养殖基地和环境良好的跑马场,拥有着近40多匹优质马匹,同时拥有一个同名的骑马爱好者俱乐部,在这里你可以认养自己的马匹也可以跟随教练学习,除了骑马,还拥有篝火烧烤晚会,露营,专业拓展培训,彩弹搏击,垂钓等娱乐项目,是个休闲的好地方。

地点:位于南部山区锦绣川水库旁

费用:中秋期间只提供会员服务,2000元/10次。最好提前预约。

乐沃汽车电影院:距离市区也就半个小时的车程,去到那里,坐在车里看着大屏幕,似乎又回到儿时坐在操场上看露天电影的感觉,除了看电影还可以进行野外拓展训练,如攀岩、速降、真人CS等,山间的小木屋,别致而又舒适,给人回归大自然的感觉。

地点:位于泉城南部的仲官镇终军广场,丁字路口东北角。

费用:看电影按车收费,每辆车100元,如果是选择住木屋或是其他项目,电影免费。

采摘游——摘的不是果子是幸福

看着孩子快乐地在田间跑来跑去,对着成熟的果子露出大大的笑脸是一种幸福吧,帮着亲爱的提着装满了果实的篮子,然后手牵手走在夕阳西下时是一种幸福吧,全家人凑在一起大口大口地品尝着劳动果实也是一种幸福吧……采摘的乐趣总让人流连忘返,而来到秋天更是各种果子成熟的时候,怎可错过这个品尝幸福的机会。

推荐地点:

冠县万亩梨园:是全国著名的“鸭梨之乡”,花开时洁白如雪,秋季收获时硕果累累,令人心驰神往,千顷梨园,沉甸甸的果子挂满枝头,别有一番风景。

沂源“中华大果园”:沂源是名副其实的“中华大果园”,这里一年四季有花,三季有果,秋季更有苹果、葡萄、板栗、寿桃、山楂、红枣、柿子……,各式果子等着你呢!

枣庄“冠世榴园”:园内有榴树530余万林,48个品种,始建于西汉成帝年间,距今已有2000年的历史,素以历史之久,面积之大,株数之多,品色之全,果质之优而闻名海内外,为目前我国最大的石榴园林,被上海大世界基尼斯总部认证为“基尼斯之最”,因而被誉为“冠世榴园”。

营业时间:7:30-18:30
门票总价:32元

乐陵万亩枣林:是目前中国小枣品种最全的园区,“中国金丝小枣之乡”,是集引种试验、品种对比、物种保存、绿色观光采摘、旅游休闲度假、食宿娱乐为一体的综合性休闲园区。

吃螃蟹——品尝最鲜美的幸福

金秋正是螃蟹最好最肥的时候,而山东省近3000公里的海岸线孕育多少美味啊,所以何不趁着中秋的时候走出去,边玩边吃,去品尝那最鲜美的幸福呢。

推荐地点:

微山湖:此地的醉蟹那是大大的有名,此蟹为山东传统名食,已有200多年的历史。这种醉蟹是用微山湖所产的鲜蟹及多种调料精制而成。渍好的醉蟹,仍栩栩如生,色、形仍如活蟹。揭开蟹盖,蟹肉雪白,蟹黄鲜红,入口酒香浓郁,鲜美异常,风味独特。

自驾路线:京福高速走到枣庄薛城下,一路向西至济宁微山县,或者走104国道,直接到微山。

莱州:莱州大蟹是山东的著名特产。这种蟹背面有三个隆起部分,前侧缘

各有9个锯齿,最后一齿特别长,形似梭子,故俗称“三疣梭子蟹”。这种蟹个大味鲜,肉质细嫩。雌蟹最大的重达0.75公斤。雌蟹的卵块,雄蟹的脂膏,蟹里雪白粉嫩的肌肉以及大蟹后腿上的肉,吃起来更是鲜美可口。

自驾路线:沿二环路行驶-济青高速-潍莱高速-威海高速-莱州市,高速费用100元左右。

