

天寒地凍，大家外遊如果可睇靚景，再加上浸溫泉實在最好不過！位於廣州東北部的「從化溫泉」，距離廣州市區約個多小時車程，是知名「溫泉之都」及「廣州後花園」！同時從化亦有「石門國家森林公園」、「流溪河國家森林公園」及「千瀧溝大瀑布」等旅遊景點，最幸福是到廣州乘坐地鐵 14 號線已可抵達從化區，加上當地有不同溫泉酒店，適合大家簡簡單單來一個短線充電之旅！

撰文：龍獅

■ 大家值得北上從化，提早感受秋色。 小紅書@豆小姐

■ 楓葉環山的景致美不勝收。 小紅書@小米君

■ 木橋兩旁的「紅楓」拍照夠出片。 小紅書@小米君

# 溫泉養生遊 從化賞紅楓

近期天氣變幻莫測，經常無預警溫度急降，最正驅寒妙法當然是浸溫泉促進血液循環，順道消除疲勞。若果大家厭倦新會、珠海或中山等地浸溫泉，到廣州東北部的從化亦是不錯選擇。從化「廣東溫泉賓館」坐落於廣州從化流溪河畔，是一所具深厚歷史的原生態園林式國賓館。以珍稀的小蘇打氫溫泉為特色，獲封「嶺南第一溫泉」，擁有 24 小時直供客房特大浴池。這裏曾是多位國家領導人的休養地（被譽為「中南海冬都」），環境優雅，設露天溫泉、恆溫泳池、中餐廳及多座風格獨特的別墅。

## 享盡設施 24 小時隨意浸溫泉

廣東溫泉賓館擁有客房兩百多間，小蘇打溫泉水 24 小時直供客房，溫泉水溫高達攝氏 71 度，是世界珍稀溫泉。賓館內的「陶然餐廳」被評為國家五鑽級酒家，亦設有國際會議中心及中小會議室共 11 間，配置多媒體 LED/投影等先進設備。住客免費享受康樂設施，同時含露天溫泉區、室內恆溫游泳館、乒乓球、健身房、兒童樂園、天醫處養生園、白石山綠谷、翠溪賓舍文獻藝術館等。

## 石門國家森林公園聞名全國

當地除了主打溫泉區，從化多個景區也是亮點，大家在年初最啱到訪距離廣東溫泉賓館約 17 公里的「石門國家森林公園」。這個公園貴為國家 4A 級景區，以世外桃源般的自然風光聞名全國，總面積達 2,636 公頃，森林覆蓋率高達 98.9%。該公園擁有華南地區現存的 1.6 萬畝原始次生林，四季景色迷人，以深秋紅葉、七彩天池、石門香雪（梅花）和禾雀花最為聞名，主要景區包括「石門風景區」、「石灶風景區」、「天堂頂」等。

## 北上兩日一夜投入湖光山色

每年年初的冬日，3,000 多畝紅葉漫山遍野，以楓樹、山烏柏和槭樹為主，白茫潭休閒區、石竈風光區和蓮花湖休閒區也是觀賞佳處。元旦前後，園內漫山紅楓、層林盡染，面積約 14 公頃的紅楓湖將美景倒映成雙，秋色體驗瞬間翻倍，難怪獲封「廣州香山」，絕對值得大家在周末北上兩日一夜，解鎖冬日秘景。另一景點「流溪河國家森林公園」有群山環繞，樹木茂盛，還有大片湖水和瀑布，空氣清新，景色迷人。公園配套設施齊備，包括遊船、野外拓展等。除此之外，旅客還可以在民族風情園看瑤族特色表演、孔雀島和猴島看動物，感受多元化人文體驗。



■ 廣東溫泉賓館提供露天溫泉區。



■ 房間依山傍水，中西合璧。



■ 溫泉區以珍稀的小蘇打氫溫泉為特色。 小紅書@雲朵朵

■ 景區擁有不同建築及設施等旅客探索。 小紅書@雲朵朵

# 從化馬場 10 月華麗開賽

## 打造成標誌性旅遊景點

從化馬場距離香港約 200 公里，從沙田馬場前往從化馬場一般車程約 3 小時，而經特別設計的運馬車進行跨境運送則需 4 小時。雖然數小時的運送途程對香港來說算新事物，但在海外賽馬地區則極為普遍，一般海外賽馬會在馬季期間經常往返各地賽場作賽。馬會行政總裁應家柏認為，從化馬場對馬匹訓練及護理貢獻良多，由今年 10 月開始，從化馬場將舉辦國際水準的賽事，與馬會攜手進入全新時代。馬會目標要把從化馬場打造成名副其實的地標及必到景點，人們不但可在場內欣賞、享受頂級賽馬，更能真正認識、投入各類馬術運動。

近 20 年，香港賽馬會一直努力尋找額外土地增建設施輔助沙田馬場的馬匹訓練運作，馬會最終落實在由其設計及興建的廣州 2010 年亞運會馬術項目場地上，建造新的馬匹訓練設施。位於廣州從化的從化馬場佔地 150 公頃，最多可同時容納超過 660 匹現役馬匹，以特別設計的運馬車來往沙田至從化，練馬師將決定安排旗下哪些馬匹進駐從化馬場。

■ 從化馬場有不同訓練馬匹設施。



■ 去年 6 月聲夢歌手何晉樂也曾到訪從化馬場。

