

湖 汉



深氧的路，带我回家

湖汊速览

湖汊镇位于江苏省宜兴市的南部，它处于苏、浙、皖三省交界之地。因竹海风景区、张公洞、灵谷洞等风景名胜，这里一直有着竹的海洋、茶的绿洲、洞的世界、紫砂源地等美称。湖汊镇远离城市的喧嚣，山清水秀，风景如画，自然环境之优美堪称是现代桃花源。这样清新自然的环境，特别适合休闲游，特别是这里的深氧健身公园、薰衣草公园等新兴的景点，吸引了大批热爱自然的游客到这里度假休闲。来湖汊，绝对是一次身心放松之旅，选择一处特色民宿度假酒店，卸下压力，漫步乡间，尝乡野美味，尽情享受田园生活带来的快乐，享受慢生活。

淡无盐 探寻小众度假地宜兴湖汊镇，一个只有 2 万人口的小镇子，却有着非常美丽的风景，不在于它的旅游景点，更吸引我的是小镇里的环境，绿树成荫的小道让初秋的徒步探访更舒适。沿途的风景远美过当地的景区。这里有华东第一竹海，有深氧骑行公园，有依山傍水的别墅小区，有淳朴的当地村民，四天的短途之旅，让我已经喜欢上这里。有一个地方，它是江苏省无锡市宜兴市湖汊镇。

最佳旅游时间 湖汊风光秀丽，空气中负氧离子高，游客们在一年当中都可以到这里换肺休闲放松。4-10 月的温度适宜，气候舒适，是最吸引游客的时节。

穿衣指南 春秋的湖汊长衫长裤即可，但因早晚温差，还需要多加些衣物保暖。夏季较热，短袖、短裤、裙装即可。但是夏季蚊虫较多，带小朋友的游客，特别要注意防蚊虫。冬季需要穿着棉服、冲锋衣等保暖衣物。

消费水平 湖汊在全国中属于中等消费水平，除去大交通之外，主要花费是住宿和景点的门票。三餐人均在 100-150 元左右。民宿标准间价格平均 150-500，酒店的装修和设施都很新，可以放心住宿。

目录 Catalogue

- 02 湖汊速览
- 03 亮点 / 景点
- 05 住宿
- 08 餐饮
- 09 购物 / 娱乐
- 10 实用信息 / 外部交通 / 内部交通
- 11 免费旅游直通车线路图



致谢

图文提供: 淡无盐 小平宜 tallisi zmouse 城东 A win shxhj
志远天下行 蟑螂强子 tianlw Dragonmouth 陌上纤虹

©北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站用户共同拥有本攻略的内容版权和其他相关知识产权; 除法律另有规定, 未经本公司明确书面许可, 任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。





亮点 Highlights

深氧界 - 3H 生活

湖汊是个天然的氧吧。清朝的皇帝，避暑就去承德山庄，是约定俗成的惯性。近年来湖汊提出了回归健康 (Health)、回归心灵 (Heart)、回归家园 (Home) 的“3H”理念。想体验清新的空气之旅，就必来湖汊。这里空气清新，氧气充足。在这可以漫步、骑行等，深入感受湖汊的自然风光。



淡无盐 深氧健身公园

杨梅时节最惹人

湖汊杨梅闻名已久，长在深山处、竹林边、泉水旁，汲取自然灵气，肉厚汁多，口感鲜美。每到夏季杨梅成熟，蜂蜂们便可以与当地农民深入果园，共享采摘杨梅的乐趣。而初夏时节，当杨梅遇上音乐，更是让湖汊的杨梅有了灵气，多了韵味。

特色民宿乐居湖汊

美好的湖汊时光，从预订一家心仪的民宿开始。融合了浓郁地方特色的民宿，真实再现了人与居住环境的和谐，民宿更加关注细节，室内的布置、装饰品也是给人耳目一新的感觉。没有现代都市的喧嚣，一切都那么清静，在民宿中体会到家的温暖，这样的深度旅行也成为一种休闲生活方式。

景点 Sights

湖汊的景点多以自然景观为主，清新的空气、美好的环境让来此休闲的游客都能放松心情，体会自然之美。免费巴士连接各个景点，让出行更加轻松便捷，也让出行更加绿色环保。

宜兴竹海风景区

宜兴竹海风景区为国家 4A 级景区，近 1.5 万公顷竹海随山势而起伏，竹随山势起伏，好似波涛翻滚，绵流不绝。景区内山清水秀，一日之内，四季之间，奇趣天成。主要景点有“太湖第一源”、“苏南第一峰”、“竹报平安”、“镜湖秀色”等。这里是天然活氧吧，负氧离子含量高，温度比城市中低 5 度，是炎炎夏日极好的天然避暑胜地。宜兴竹海也是影视拍摄的绝佳处，曾在此拍摄过《三国演义》、《飞侠小白龙》、《大宋开国》等优秀影视作品。现在可以乘坐缆车登山顶，途中可空中饱览竹海全景，如遇风，可欣赏竹海的气势磅礴和惊涛骇浪。

小平宜 建议大家不要一开始就坐观光游览车，景区售票点有免费景区地图提供，大家看着地图自己去发现美好的景色吧。竹海就像一个天然氧吧，有满山遍野高高耸立的竹子，使炎热的正午在山中行走也有一片荫凉，山上流淌的小溪流也格外清冽，湖水可以见底，但意外的是，这样让人心旷神怡的地方却游人稀少，不过正合我意。



地址：宜兴市湖汊镇竹海村

费用：门票 80 元；身高 1.1 米—1.4 米票价 55 元，1.1 以下免票；无锡市民凭老年证购半票，70 岁以上免票；外地老年证享受半票优惠；现役军官证免票；门票里不包含观光车费用

联系方式：0510-87479614

开放时间：冬季 8:00-16:30，其他季节 8:00-17:30

到达交通：

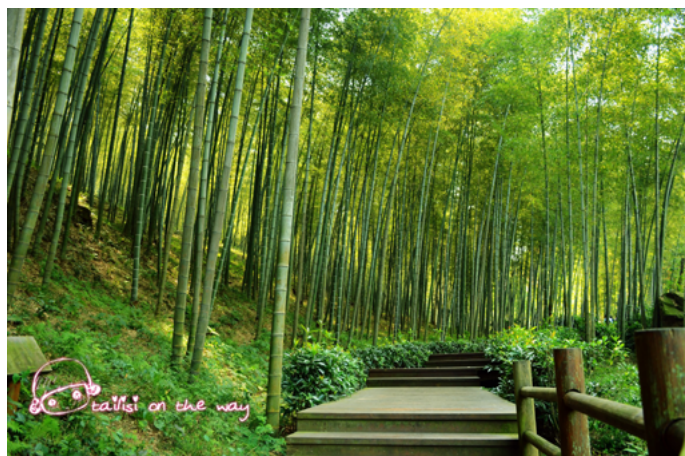
公交：乘坐 201 线或湖汊免费旅游直通车

自驾：

无锡方向：锡宜高速——宜兴出口——104 国道——丁张线转张灵慕线

南京方向：宁杭高速——锡宜高速——宜兴出口——104 国道——丁张线转张灵慕线

上海方向：沪宁高速——宁杭高速——锡宜高速——宜兴出口——104 国道——丁张线转张灵慕线



talisi 满眼的翠竹，很是养眼

小贴士

夏季的竹海景区蚊虫较多，一定要做好防蚊虫的准备。



张公洞

张公洞位于宜兴城西南的孟峰山麓，为国家4A级景区，宜兴“三奇”之一，是著名石灰岩溶洞。相传汉代张道陵曾在此修道，唐代张果老在此隐居，故称张公洞。张公洞分前后两洞，厅场宏大，套洞众多，洞中有洞，洞洞相通，而且各洞的温度不相同，素有“海内奇观”之称。



地址：宜兴市湖汊镇张阳村张公洞景区

费用：门票 70 元，套票 160 元（含溶洞、漂流、地下河探险、自治陶器等景点和体验）

网址：<http://www.zhanggongdong.com/>

联系方式：0510-87478805

开放时间：7:30-17:00

zmouse 进洞口就像进了空调房，里面的洞中洞真凉，下去洞中洞后再上来，眼镜上全水雾。它的洞口是在山上头的，出洞后，会经过道观然后下山。下山后去地下河探险，外面都是热气，里面超级凉快呀，很舒服，这是要自己划皮艇进洞的，洞很低，而且不大的一条地下河挤满皮艇，以致于变成碰碰船，那是相当考验游客的划船技术。在陶吧，每人都寻找自属生肖的模子，压出栩栩如生龙，马，蛇等，这里小孩玩的起劲。

陶祖圣境

陶祖圣境为国家4A级景区，位于宜兴市洑溪镇竹海村纸坊，由原来的慕蠡洞扩建而成，与著名的竹海风景区、西施洞、磐山寺等景区毗邻。景区内的三大卖点分别是慕蠡洞的钟乳石、漫山的竹林、范蠡陶坊制作陶器。此外，还有关于范蠡和西施爱情的人文景点。

城东 A win 陶祖圣境距离张公洞景区并不远，沿途风光不错，其实陶祖圣境的精髓是慕蠡洞。慕蠡洞比较长，曲径通幽、一路形态各异的石灰岩配合着五彩斑斓的灯光，给人一种赏心悦目的感觉。另外，由于此景点游客数明显较少，所以当作一种探险体验也非常有趣。

地址：宜兴市湖汊镇竹海村陶祖圣境景区

费用：门票 65 元，套票 105 元（包括慕蠡洞、陶吧、大汉艺术馆等景点）

联系方式：0510-87470481

到达交通：乘坐 201 线或湖汊免费旅游直通车可直达风景区

开放时间：8:00-17:00



shxhj 范蠡雕塑广场

灵谷洞

灵谷洞与张公洞、善卷洞并称为“宜兴三洞”，距离张公洞 6 公里。灵谷洞有上、下两个洞口，洞内冬暖夏凉，有大小高低与钟乳、石笋各有兴趣的石厅七个，分隔贯穿，脉络相承。洞中有石钟乳、石笋、石花、石柱、石幔等，形状奇异，色彩绚丽。

费用：成人 65 元；1.2 米-1.5 米儿童、60-69 周岁老年人优惠票 35 元；1.2 米以下儿童、70 周岁以上老年人免票

开放时间：冬季：8:00-16:00；夏季：7:30-17:00

联系方式：0510-87470468



志远天下行 灵谷洞内

志远天下行 洞内钟乳千姿百态，石笋石柱如林。灵谷洞内林林总总的钟乳石造型，龟蛇虎豹、马牛羊鸡、山村黎明、流水飞瀑、男女老少、僧尼道士等，处处有景，景景皆奇，构成了一个生气蓬勃的世界，不得不佩服大自然的鬼斧神工。美妙绝伦的钟乳石景观，带给人们强烈的视觉冲击和心灵震撼！



玉女潭

坐落在宜兴市西南的莲子上山，是一个以山林野趣为主要特色，具有悠久历史文化的景区。玉女潭是整个景区的中心，这里谷深林茂，溪流不断，植被丰富，环境清幽，郭沫若留下了“天下第一潭”的题字。这里是央视外景基地之一，拍摄过《三国演义》、《笑傲江湖》等电视剧。

费用：门票 40 元

开放时间：9:00-16:30

联系方式：0510-87473714

磬山崇恩寺

磬山崇恩禅位于群山环抱之中，江南历史上有名的古寺，乾隆曾御笔亲赐“天下第一祖庭”。这里集寺院、塔林、修祖茅蓬、象鼻饮洞、龙池、洗钵池、石碑坊、倒栽柏等景点于一谷，被人们称为“磬山幽谷”，竹林深处曾座落着历代方丈圆寂的七十多座石塔，为全国最大。

地址：宜兴市湖汊镇磬山

联系方式：0510-87470544/87470545



志远天下行 来到崇恩寺，正是黄昏，整座崇恩寺没有一个游客或是香客，我听到的是寂静，看到的是澄净。面向崇恩寺，心已静若止水，不波不溢不漫不溢，少了喧嚣，多了空灵。金色的阳光照耀在寺院，精雕鎏金的大殿，鳞次栉比的佛塔，色彩古典的简瓦房顶，纷纷掏出迷人的光芒，摇晃着我的惊奇。我只能用现成的语词来形容：金碧辉煌，巍峨壮观。

深氧健身公园

深氧健身公园可谓是徒步、跑步和骑行的首选之地，这里绿植覆盖，步道曲径通幽，呼吸着泥土的芬芳，眼前是辽阔的阳羡湖。深氧健身公园将湖汊回归健康的理念体现的淋漓尽致。来到深氧健身公园，没有雾霾，忘记烦躁的工作，深深呼吸，让健康清新的空气注入。在绿树鲜花中穿梭，让运动与美景结合，让您享受行走于山水之间的那份轻松惬意。

地址：宜兴市湖汊镇油车水库旁

联系方式：18751874292

蟑螂强子 在从湖汊镇去竹海的路上，开车开着开着就看到左边远处一片大湖，湖边风景极好，同时掩映在竹林中还有一些建筑和娱乐设施。被此景吸引，果断减速、转向，直插目标而去，结果就发现了这片天堂一样的地方——湖汊深氧健身公园。远观只是湖面、草坪、竹林、别墅，感觉美轮美奂，等到了近处才发现步道和自行车道很好的设置，给人们在

这负氧离子爆棚的环境中运动提供了最大便利。我们租了自行车，骑行在这里，呼吸新鲜空气的感觉真想让时间就此停住，锁定美好的时光。

宜兴紫海薰衣草公园

想要欣赏浪漫的薰衣草，不用千里迢迢去普罗旺斯。在湖汊的紫海薰衣草庄园，就能邂逅薰衣草的浪漫和唯美，这里的薰衣草、马鞭草、波斯菊等多种花卉美不胜收。在赏花的同时，薰衣草庄园晚间还有灯光秀和文艺表演等，精彩纷呈的梦幻光影让人不忍离开呢。

地址：湖汊镇阳羡湖东侧

联系电话：0510-81791800

住宿 Hotel

湖汊的住宿价格并不高，却有着多种选择。度假酒店和主题酒店配套完善，舒适放松，而民宿更有着家一般的感觉，在开元精舍还有着房车住宿可以体验，度假区中还可以体验真人CS、瑜伽、采摘等娱乐，让蜜蜂们的湖汊之行多彩丰富。

度假酒店

竹海国际会议中心

酒店就位于湖汊镇竹海风景区的斜对面，去竹海景区很便捷，很适合度假放松，随时都可以去竹海散步。在酒店的房间内，开窗就能感受到天然氧吧的滋润。店内的服务很棒，五星酒店的水准。

地址：宜兴市湖汊镇竹海景区旁

网址：<http://www.yxzhgj.com/>

联系方式：0510-80308888



志远天下行 酒店前是一座人工湖，湖中一有木亭，早起无风时，可以拍到湖面上的酒店倒影

志远天下行 房间面积很大，面对竹海景区的是一面全落地玻璃墙，拉开窗帘，可一览竹海景致，尤其是早晨，还可以看到竹海日出喔。房间里有一套小的紫砂茶具，凸显宜兴特色。床品非常舒服。卫生间也很大，除了淋浴房，还有一个大的浴缸。



竹海天元酒店

近年开业的酒店，装修和设施都很新。地理位置优越，去竹海游玩儿很方便。

地址：宜兴市湖汊镇竹海风景区对面
网址：<http://www.bamtyhotel.com/>
联系方式：0510-87737777

富陶温泉度假酒店

即将于2016年8月正式开业的富陶温泉度假酒店是宜兴首个山地高品位温泉，绝对是喜欢泡汤人的好去处。在酒店中一遍泡汤，一边呼吸着湖汊新鲜的空气，一边欣赏着美景，绝对是人生的一大乐事啊！

主题酒店

开元精舍

酒店坐落在蒿山生态谷中，周围群山环绕风景秀丽。内部的装饰将现代的设施和传统的设计相结合，在酒店的国学堂中可以体验茶道、香道、书画等传统文化项目，练习瑜伽让身心放松。除了酒店的房间外，全家出行的蜂蜂还可以在开元精舍体验一下房车住宿。如果田园生活是你的追求，何不来这里辟一方良田，期待收获的喜悦。

tianlw 酒店内环境优美，房间窗户就能看到山、竹子，早上起来空气清新！该酒店地理位置靠近张公洞，如果到张公洞游玩的人可以选择该酒店。

地址：宜兴市湖汊镇蒿山生态谷
网址：<http://www.kyjshtels.com/index.asp>
联系方式：0510-80333777



绿缘山庄

除了有舒适的住宿环境之外，绿缘山庄还拥有果蔬园、禽类养殖园等农业园区，一派田园风光，充满着乡村野趣。同时这里还有配套的射箭、趣园、真人CS体验，让度假生活精彩纷呈。

地址：宜兴市湖汊镇张阳村
联系方式：0510-87470777

深氧墅

篱笆园中的茶文化主题酒店，设施一流，环境很舒服。酒店有山景间、标准间、亲子房，还有日式榻榻米房间，可以满足不同类型的客人。酒店的二层特别设有茶陶空间，在这里住客们可以尝试茶道、陶艺、古琴、香道的体验。

地址：宜兴市湖汊镇汤省路篱笆园
联系方式：0510-87629988



阳羨茶文化园

宜兴的茶文化历史悠久。阳羨茶文化园是一座茶文化主题的度假休闲园，建筑是一栋隐于山中的木制结构建筑，整体装饰清新别致。这里可以观茶道，品茶，伴着茶香入睡，绝对是难得的体验。

志远天下行 除了参观阳羨茶文化博物馆，这里还设置了紫砂茶具珍藏馆、茶道表演场馆及习茶场所，成为宜南山区茶文化的重要展示窗口。此外，这里还提供餐饮和住宿服务，周末去住两晚木屋别墅，感受一下山区的天籁之音。

地址：宜兴市湖汊镇玉女潭景区前80米
联系方式：0510-81791888

花果山开心农场

走进花果山，就仿佛回到了小时候的老家，青草池塘边自然的气息、瓜果散发的清香都让人着迷。坐在藤椅上喝杯茶，在有阳光的午后发呆，尝一口有机农家菜，成就了湖汊慵懒的时光。

地址：宜兴市湖汊镇九龙路百亩场88号
联系方式：0510-87478088

特色民宿

心素谷

心素谷距离竹海景区很近，被群山环绕，空气清新，草木繁茂，和竹海景区一样是一个天然氧吧。内部的装饰结合了日式禅意风格和中式古典风格，还融入大量竹海本地原生态元素。远离喧嚣在这里度假，让身心放逐，心之所向，安之若素。



地址：宜兴市湖汊镇竹海新村
联系方式：0510-81733888



静心小屋

静心小屋是湖汊镇一座独特的西式建筑，虽然是乡间的民宿，但是在这里却能体验到星级酒店式的服务，亲切的设计让人忘却了城市的喧嚣。来静心小屋住上一晚，感受乡间的温馨和如家一般的轻松自在。

地址：宜兴市湖汊镇汊西村龙山民宿区
联系方式：0510-87479199；13771389886

张先生的家

如果你向往着乡村田园生活，那张先生的家一定会是你放松心情，远离城市喧嚣的好选择。与爱人一起在田间散散步，种种花草，喝杯淡茶，给紧张的心情放个假，会发现生活的美好离你并不遥远。这里的装修风格很是文艺和清新，每间房间却又有着不同的情调。靠近竹海风景区和张公洞风景区，方便游览。

地址：宜兴市湖汊镇汊西村龙山篱笆驿站 28 号
联系方式：13961525125



Dragonmouth 很有特色的一家民宿，适合家庭出行。内部装修有点像鼓浪屿的风格，古朴简约又有点地中海式的小清新。推窗见山，有小溪，还有竹林，空气超好，老板很年轻也很热情，管家姐姐的厨艺一流。村庄周边建设进行中，期待下次去感觉更棒。

泠家

泠家民宿是简约的明清风格，木棱窗格，一走进就仿佛回到了过去。女主人是资深的旅游达人，对每一位客人都热情友善，而且还有着一双巧手，喜欢栽培植物、擅长烘焙。有了她，这间民宿更有了让人留下的理由。

地址：宜兴市湖汊镇汊西村龙山民宿区
联系方式：13771370997

想乐山庄

在青山翠竹包围中的特色民宿，附近风景绮丽。看外观可能并不出众，但是内部却别有洞天，Hello Kitty 主题房、苏格兰风情主题房等别具一格的设计让人眼前一亮，可以亲手体验陶瓷艺术创作的全过程，也成了游客们喜欢这里的理由之一。

地址：宜兴市湖汊镇汊西村龙山民宿区
联系方式：13901730622

龙山芥原色之家

位于青山绿水之间的木质小屋，设计简单大方，拥有日式榻榻米等多类型房间。来着这里入住还能品尝到家常风味的菜式。

地址：湖汊镇伏西村龙山民宿区
联系方式：15852561001

陋室

简单安静的农家小院，虽没有酒店的豪华，却能让到此的游客远离城市的喧嚣，过几天轻松、自在的农家生活。

地址：湖汊镇张阳村后村
联系方式：13584229905

竹月·原乡

竹月·原乡客栈位于龙山特色民宿村深处，三面环山，乡间小溪在客栈旁潺潺流过，环境清幽。内部的环境也是宽敞别致，装饰以苏州的老木头成为主基调，与竹林、小溪融合的恰到好处，在此偷得几日清闲，也是颇自在的。

地址：湖汊镇汊西村龙山特色民宿村，近竹海登山道入口
联系方式：0510-87470666

陶房子

坐落张公洞旁的文创庄园，白墙黑瓦依傍在山水之间，走入这里就能感受到自然闲适的悠然气息。除了美景之外，热情好客的老板、色香味俱全的饭菜都能让我们忘记城市的纷扰，完全融入这美好的环境之中。

地址：湖汊镇张公洞左侧洞丝桥进入两百米
联系方式：13812227093

棉舍

走进棉舍，就感觉到自然与放松，这也是棉舍建立的初衷：在旅行中生活。整间酒店都采用北欧风格装饰，从毛巾到床垫等多处细节，都让人觉得精致和舒适。酒店的菜品也同样有着上好的品质，都是由最新鲜的当季食材烹饪，力求保留最乡野的气息。



地址：宜兴市湖汊镇张公洞景区南侧

联系方式：0510-80710888

原舍溪上

倒映在青竹水声中，掩藏在白墙黑瓦里。原舍溪上最大的特点莫过于宽敞的院子。在这里，户外的宽敞让旅人不想停留屋内。吃饭是露天的，喝茶是露天的，池子里的水库鱼，地面上的休憩椅，在这里的每分每秒，都与自然清新的空气息息相关。

地址：湖汊镇龙山民宿集聚区

联系方式：13861510788

餐饮 Eat

来湖汊最不能错过的还有这里舌尖上的美味。制作菜肴都离不开空气和水，而湖汊原色、原汁、原味是其他地方所无法炮制的美食。湖汊的菜肴以淮扬菜系为基础，但与周边地区的餐饮特色比较，并没有苏锡甜，又没有安徽浓，又没有浙江菜的淡。受大家欢迎的咸肉煨笋、张公豆腐、乌米饭等都是湖汊当地人根据乡土食材特点制作出的，是不可多得的佳肴。

特色美食（山珍）

阳羨湖鱼头汤

湖汊的餐桌上少不了鲜美。这里的鱼头汤选择无污染的头鱼为原料，小火慢慢地炖着，直煨到鱼汤呈乳白色。这样的鱼汤汤味纯正、鲜味浓郁，喝一口便让人回味无穷。



咸肉煨笋

湖汊镇的农家乐中都有着正宗的咸肉煨笋。咸肉要选择肥瘦兼有的五花腊肉，配上鲜活、白嫩的春笋，两种食材搭配在一起同煮，既有着腊肉的熏香腴滑，又有着春笋的清脆可口，吃上一口定会让你难忘。

酱方肉

湖汊的酱方肉的做法是传统的工艺，选用猪肉的软肋部分，而且要把瘦相间，这样做出的酱方肉酱香浓郁，肉质酥烂，肥而不腻，酥而不烂。

张公豆腐

豆腐自然在各地都有，而湖汊的豆腐的好味道，来自它自然无污染的原料。山泉水制作的豆腐让其绵软细致，豆香满溢。

乌米饭

湖汊人将采集来的野生植物乌饭树的叶子煮汤，然后用所煮的汤将糯米浸泡半天，再捞出糯米放入木甑里蒸熟，就做成了乌米饭。乌米饭看起来油亮诱人，入口香甜可口，带着淡淡的清香。



陌上纤虹 特色乌米饭

雁来蕈

蕈是生长在树林里或草地上的一种高等菌类植物，秋季金风送爽，大雁南飞的时节，雨后所长的褐色蕈子，便是“雁来蕈”。雁来蕈肉质肥厚，味道鲜美无比，有异香。而且含有大量对人体有益的氨基酸，还能调整新城代谢，而且制作简单，焖、炒、蒸、炖均可。

推荐餐厅

豪天大酒店

休闲商务型的豪天大酒店比邻风景如画的阳羨生态旅游区，客房内的设施很齐全，还将住宿与用餐相结合，可以尝到湖汊的特色美食。

地址：江苏省宜兴市湖汊镇银湖南路1号

联系方式：0510-80728777

景湖山庄

张公洞旁边，游览后刚好可以来这里品尝一下当地的农家菜肴，品一口自然的气息，或者到主题咖啡厅不记年坐下来歇歇脚。

地址：江苏省宜兴市湖汊镇张公洞景区旁

联系方式：0510-87664777

慕蠡山庄

湖汊慕蠡洞的旁边，有一座同名的山庄被绿荫环绕着，郁郁葱葱满目田园风光。这里可以品尝到正宗的山珍，味道定会让你难忘。

地址：江苏省宜兴市湖汊镇竹海村慕蠡洞景区旁

联系方式：0510-87470729



周震馄饨

从一间小店，做成了现在远近闻名的餐厅，周震馄饨靠的就是始终如一的品质和老味道。来这里就餐的食客络绎不绝，在饭点一般都要排队。馄饨馅是鲜肉制成，馄饨汤是用大骨头熬成，味道鲜美。

店一：地址：江苏省宜兴市湖汊镇金湖路 61 号

店二：地址：阳羡湖游客接待中心 2 楼

联系方式：15995370394

购物 Shopping

文创产品

湖汊的竹海有着“华东第一竹海”的美称，围绕着竹海的周边产品就应运而生。宜竹心创品牌将本地的竹文化、茶文化等和文化产品相结合，制作出了多种原创文创商品。来竹海游览时带些宜竹心创的文创产品，作为来湖汊休闲的美好纪念吧！

地址：宜兴竹海景区竹荫轩内

地方特产

湖汊的山美水甜，空气无污染，出产的土特产自然也是独具特色深受百姓的喜爱。

阳羡茶

湖汊及周边的地区从汉代就有种茶的历史，这里的地形和土壤适于茶叶的生长，是我国享有盛名的古茶区之一。阳羡茶汤清、芳香、味醇，自古就是贡品之一，购买阳羡茶作为伴手礼送给亲朋好友，是再适合不过了。

百合

百合中含有多种营养成分，具有润肺止咳、清脾除湿、补中益气、清心安神的功效。湖汊气候温和，土地肥沃，这里所产的百合产量高，质量好。湖汊人喜欢将百合制成桂花百合栗子羹，还有百合汁也是夏季的最佳饮品。

板栗

板栗中含有蛋白质、维生素等多种有益的物质，有养胃健脾、补肾强筋的功用。湖汊所产的板栗饱满、香糯，不仅可以是制作甜品的原料，烧菜时加入味道也很棒，绵软的口感很受女生的欢迎。

笋干

湖汊的笋具有纯天然、无污染、味鲜美的特点。笋干带回家在水中泡软，之后炒、焖、炖都可以，红烧笋干、咸肉煨笋、油焖笋干等等，都是不可错过的美味。

娱乐 Entertainment

音乐空间

不记年咖啡

据说这里的咖啡可以疗伤，一个温暖的午后，在这里悠闲的喝杯咖啡，看阳光从窗子里透进来，这样的幸福会让你忘记忧愁吧？

地址：湖汊镇景湖山庄内

联系方式：15861518048

石头酒吧

当夜幕降临后，如果想觅一处清净之处享受音乐，石头酒吧再适合不过了。

地址一：湖汊镇汊西村篱笆园内

地址二：湖汊镇开元精舍内

联系方式：18605236730

骑行

在深氧健身公园内，配有自行车，而且配套设施完善。专业的自行车道，让骑行者们远离城市的喧嚣，投入自然的怀抱中，将美景尽收眼底，让心情在田园风光中陶醉。

农事体验

湖汊的杨梅肉厚汁多，初夏时节，杨梅成熟，湖汊的杨梅林中呈现出一派醉人的景象，沉甸甸的杨梅挂满树梢，让来采摘的喜欢杨梅的游客们过足瘾。杨梅的鲜果不耐久，如果采摘的过多，也可以将杨梅制作成为杨梅酒。除了采摘杨梅之外，桃子、梨、葡萄等水果也受人喜爱，而挖笋、挖野菜等更是新奇有趣的娱乐体验。

登山

呼吸着湖汊新鲜的空气，登山的脚步似乎也轻松了很多，竹海公园、龙山、廿三湾等地强度不大，都很适合登山爱好者徒步攀登。

漂流

1500 米的蜿蜒水路盘踞于张公洞景区，这里被誉为“江南第一漂”。在张公洞内探险漂流，穿过幽暗的隧道，上水上欣赏奇异风光，在激流里体验水上之旅的刺激。

瑜伽

瑜伽是一种达到身体、心灵与精神和谐统一的运动方式，包括调身的体位法、调息的呼吸法、调心的冥想法等，以达至身心的合一。通过瑜伽的练习，能从内及外的加速新陈代谢，去除体内废物，形体修复、调理养颜。入住开元精舍，觅一处安静，让身心尽情享受放松与愉悦。

真人 CS

绿缘山庄中不止有吃有住，还有真人 CS 可以挑战。真人 CS 让游客们放下烦恼，抛开压力，在刺激的挑战中寻找乐趣。



实用信息 Practical Information

语言

湖汊当地人的语言属于吴语，不过这里的人都会讲普通话，蜂蜂们在旅行中完全不用担心沟通问题。

银行

中国银行湖汊支行

地址：宜兴市湖汊镇银湖东路
联系方式：0510-87473127

中国农业银行湖汊支行

地址：湖汊镇东街
联系方式：0510-87471041

中国邮政储蓄银行

地址：湖汊镇银湖中路8号
联系方式：0510-87471441

江苏农村商业银行湖汊支行

地址：湖汊镇银湖路附近
联系方式：0510-87471013

邮局

湖汊邮编：214223

电话

湖汊旅游办：0510-87478559
湖汊客运站：13771333996

网络

在湖汊，景区、酒店和民宿多处都设有 WIFI 供游客上网。

医院

社区卫生服务站

地址：宜兴市湖汊镇银湖南路

外部交通 Getting There

高铁

想要乘坐火车至湖汊，首先要到达宜兴站。宜兴站有多条高铁线路连接上海、杭州、南京、北京、宁波等城市，到达宜兴后可以乘坐免费旅游直通车到达湖汊。

自驾

周边城市的游客，也可以选择自驾至湖汊，以下举例部分城市至湖汊的路线和时间供参考。

上海

线路：沪宁高速—锡宜高速—宁杭高速—在宜兴出口下再往竹海方向
公里数：200 公里

自驾所需时间：约 2 小时

杭州

线路：宁杭高速—在宜兴出口下再往竹海方向
公里数：160 公里
自驾所需时间：约 1 小时 30 分钟

南京

线路：宁杭高速—在宜兴出口下再往竹海方向
公里数：130 公里
自驾所需时间：约 1 小时

无锡

线路：锡宜高速宜兴出口下再往竹海方向
公里数：60 公里
自驾所需时间：约 40 分钟

内部交通 Getting around

乘坐高铁到宜兴的蜂蜂们，在高铁宜兴站出站后，可以搭乘湖汊的免费巴士。这条免费的巴士线路涵盖了湖汊主要的旅游景点、酒店或民宿，全程免费，具体线路如下：

高铁线：

高铁宜兴站 -- 开元精舍 -- 张公洞 -- 景湖山庄 -- 玉女潭景区 -- 绿缘山庄 -- 深氧健身公园 -- 阳羡贡茶院 -- 富陶温泉酒店 -- 陶祖圣境 -- 慕蠡山庄 -- 竹海村 -- 竹海景区 -- 竹海会议中心
(首班：07:50，末班：19:00，50 分钟一班)

内环线：

另外还有内环线，同样可达张公洞、篱笆园、磬山崇恩寺、玉女潭、阳羡贡茶院（灵谷洞）、陶祖圣境、竹海景区等景区，同样全程免费。

开元精舍 -- 张公洞 -- 景湖山庄 -- 周震馄饨 -- 豪天大酒店 -- 篱笆园 -- 磬山崇恩寺 -- 慕蠡洞 -- 慕蠡山庄 -- 竹海景区 -- 竹海会议中心 -- 竹海景区 -- 慕蠡山庄 -- 慕蠡洞 -- 富陶温泉酒店 -- 阳羡贡茶院（灵谷洞） -- 绿源山庄 -- 玉女潭 -- 景湖山庄 -- 张公洞 -- 开元精舍

(首班：07:30，末班：17:00，30 分钟一班)

出租车

出租车起步价 6 元，3 公里后每公里 1.8 元。



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>



