



ANGSANA  
ZHUHAI HENGQIN  
珠海横琴悦榕酒店

# 101

## Things to do



# 目录

锻炼 03

娱乐 07

烹饪 28

放松 32

特色 37

周边 45

带你探索珠海, 并深度体验横琴岛生活方式, 与朋友  
进行有趣的冒险, 或享受适合家庭的活动。



# 锻炼

- 晨练活动
- 体育教学



## 瑜伽

瑜伽是一种追求安静、和谐的静态运动练习。早在古印度时期，瑜伽便是作为一种宗教修行，信徒们练习瑜伽来追求心灵上的解脱。研究发现，练习瑜伽时配合适当的音乐和放松的周围环境可以释放压力、缓解焦虑。



## 晨练跳绳

跳绳作为一种“强心”的运动，在全世界范围内都得到了重视。跳绳对心脑血管、肺功能均有一定好处，并且能够改善骨质疏松，增加神经系统协调性，还有助于青少年的智力发育等。

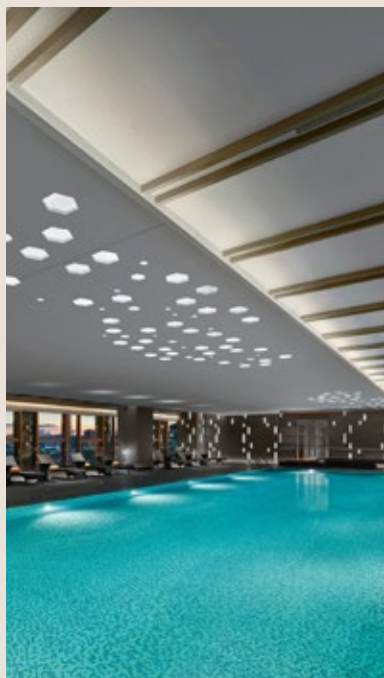


## 健身教学&健身操

健身是指通过体育锻炼和运动来增强身体健康和塑造身体形态的活动。健身的目的可以包括增加肌肉力量、改善心肺功能、减脂塑形、提高柔韧性、增强耐力等。

### 健身操

健身操作为一种新兴的体育运动项目，其最大的特点就是运动与艺术相结合，健身操是一项融合了舞蹈和体操、音乐为一体的有氧运动，整体运动过程比较温和，能够改善形体起到减肥健身的作用，在音乐的伴奏下能够愉悦身心，提高身体的协调感和韵律感。



## 普拉提教学

基本上坚持十节课别人就可以看到你明显的变化；坚持二十节课你自己都会看到自己身体的变化；坚持三十节课会遇见一个全新的自己。

## 游泳教学

蛙泳 | 仰泳 | 自由泳  
寓教于乐，学习基础游泳技能。

## 足部反射步道

我们路面上的鹅卵石，现在需要请您脱鞋真实感受一下，光脚踩鹅卵石可以按摩足底，促进血液循环，放松身心，我们出发吧！

# 娱乐

- 手工活动
- 游戏
- 儿童乐园 & 卡丁车 & 沙池
- 摄影跟拍



## 香薰蜡烛

提升幸福感的必备家居物件，通过嗅觉，蜡烛散发出来的袅袅香气能够起到舒缓精神的功效，可以根据自己个人的爱好调制香味。在生活中，蜡烛已成为生活的一种修饰，一种心境的诠释，一种美的感悟……



## 草药古法香牌

香牌，是一种不用烧薰便会散发香气的香品，常作为家中挂饰及服装饰品。中国古代很早就有佩戴香牌的风俗，既是装饰上的美化，又因其有提神醒脑的功效。现代许多人都喜欢自制一块个性化的香牌，将其悬挂在车内，或者用作衣柜熏香。



## 衍纸书签

衍路繁花，手绘赤心。衍纸艺术是中国传统的手工艺之一，它以纸为主要材料，通过折、卷、捏、粘等手法，可以制作出各种美丽的图案和形状。

## 国风竹编画

以平面逻辑，入门非遗竹编技艺初体验，手作创意竹编画，共享纵横交织的竹艺美学时光…

## 国风剪纸

剪纸艺术历史悠久，流布地域广泛，是我国最著名的民间艺术品类之一，距今至少已有1500年。我国的民间剪纸大致可分为北方风格和南方风格两大类。总的说来，北方剪纸多粗犷、豪放，南方剪纸多细腻、娟秀。

## 文房四宝

文房有四宝，承载古今事。

## 鱼灯

鱼灯，不仅是灯笼的一种，更是古老文化的传承之物。传承着人们对于美好、祥和的向往。我们共同努力让鱼灯的光辉永不消散，保护和传承这份珍贵的文化遗产锦鲤。



## 国庆灯笼

生于盛世，沐浴荣光，红旗飘飘，在特殊节日里，双手编织爱国情怀。

## 龙鳞盘编

龙鳞纹手绳又称锦鲤在手，好运加持！生活有时候不需要太奢华，只需要一条简单又大气的绳，也能陪你度过每一个快乐的时光。





## 国风非遗漆扇

每位客人都拥有属于自己独一无二的漆扇，希望它陪伴你们度过一个又一个清凉夏日。在每一次的摇曳中，感受历史的沉淀与文化的传承。让这把穿越时光的扇子，见证我们的美好时光。

## 国风扇绘画

扇子起初是一种礼仪工具，现在让我们为扇子填上好看的颜色，亲自感受国风潮流。



## 非遗脸谱

国潮元素在近年来风靡全国，而京剧脸谱是中国传统文化的精髓。脸谱是中国传统戏曲演员脸上的绘画一种形式。在对脸谱进行勾轮廓，描花纹，着色彩，的同时也可以学习到一些京剧文化，这样的国粹艺术京剧脸谱手工活动不仅能了解中国的历史，还能提高文化素养，陶冶情操。



## 写对联

一笔一墨，皆是美好心愿。

## 古法造纸

大自然中剪一些花瓣、一些草、一些叶子，打纸浆、抄浆、晾晒，设计属于自己的花纸。

## 手绘油纸伞

手绘油纸伞，伞形为圆，寓意圆满团圆，伞骨为竹，寓意节节高升，作为世界上最早出现的雨伞，到现今已有1000多年的使用历史了，而纯手工制作的油纸伞，是我们中国古人智慧结晶。



## 自然织物捕梦网

每个孩子心中都有一个“梦想”，每一个美好的梦想诞生，都有可能创造奇迹。源于印第安文化的捕梦网，是用来捕获美丽的梦幻，让噩梦随清晨的阳光而消逝。

## 拓染画袋

挑选到喜欢的植物，固定好图案，用石头进行敲击，和捶打，敲出来独一无二属于自己的风格作品。

## 植物喷绘

是不是用完的彩色笔忘记盖盖子？再次利用会有意想不到的惊喜！

## 滴胶草本植物杯垫

园区采集喜欢的叶子，根据自己的想法组合，把干花植物封存的小装饰品，无形之中也可能给你带来能量与鼓励，相信能量磁场吗？相信自己身边所有的事物也越来越美好~

## 大自然彩绘

世界上没有完全相同的两片树叶，也很难找到两块完全相同的石头，这就是大自然的美，千姿百态又独一无二。自然里藏着“艺术世界”，用发现美的眼睛去创造吧！在单独的石头上绘画，还可以将不同形状的石组合在一起，画一家人、仙人球、秀色可餐的水果，石头不再是单调乏味的硬块，而是充满美感的摆件、艺术品。







## 绘画疗愈

绘画疗愈是一种通过绘画艺术来缓解心理压力、减轻焦虑和舒缓情绪的方式。它不仅让我们专注于当下，还能让我们释放内心的压抑情绪，达到身心放松的效果。

## 钉子画

线条和钉子的结合，绘制出每个曼妙的图案，我们要不断探索新鲜的事物，来弥补我们对这个时间的好奇心。

## 影子绘画

绘画，是孩子的另一种语言。大自然光影的瞬息万变总能被孩子敏锐地把握，感知自然地妙笔，是一件美好的事情！

## 彩蛋绘画

孩子们以丰富的想象力和灵巧的双手创作出了彩蛋作品。他们在鸡蛋上画搞怪形象、动植物等各式各样的图案并相互碰撞，寄托对春天的美好期望。



## Diy国风折扇

手工国风折扇是一种以中国传统文化为主题的折扇，它的制作工艺精细，融入了中国传统的国风元素。手工国风折扇通常使用优质的竹编或纸质材料作为扇骨，并利用手工技艺将国画传统艺术表现在折扇上。

## 国潮纸鸢

孩子们充分发挥想象力和动手能力，用各种不同的颜料为想象插上翅膀，天马行空的古风创造，制作国潮风筝，感受风筝成型的喜悦，DIY风筝趣味满满，陪伴孩子一起发挥想象吧，将各种国潮元素画在风筝中，一起放飞到蓝天中~



## 驱蚊水

天然材料调制的驱蚊，让您远离蚊虫叮咬。

## 掐丝珐琅

掐丝珐琅又称景泰蓝工艺画，它是在借鉴了传统的景泰蓝珐琅工艺中的掐丝，点蓝等工序的技术特点上创新的景泰蓝平面画，经过特有的工艺精心制作出各种风格，每个线条都是作品的灵魂生命，承载着匠心精神，是国家的非遗文化。

## 香囊制作

选择喜欢香料组合，亲手制作属于自己的香包。





## 咖啡手工皂

扔掉的渣都变废为宝!体验手工咖啡皂的神奇魅力,守护自然环境。散发着迷人咖啡香,这款自然手工皂蕴含了大自然给予的神奇,使用后你会感觉每次沐浴都如沉浸在咖啡的魔法里。



## 花艺蜡牌

将自己精心挑选的草本植物和花朵用心排布,在淡雅清新的香味萦绕下,将花草和精油的永恒契约,封存在香薰蜡片里,为美好生活添香加色,它不仅是一件手工艺品,更是艺术品。



## 沙堆城堡

沙子是固体，也是流体，流动的形态变幻无常，所以玩沙能发挥宝宝无限的想象力可爱造型，贴合宝宝人体工学设计舒适的握持握感，体积适中，一只小手抓握无负担。

## 音乐盒

音乐盒让人感觉到很浪漫，代表到对生活的温馨与惬意的向往。发出的声音柔和且温暖，让人感受到治愈和幸福。



## 小小建筑师

精灵树屋搭建，不仅有趣，还能通过想象力建造属于自己的建筑物，制作树屋，有效地思考构建材料之间相互组合，理解空间和形状关系，更好地提高视觉能力。

## 乐高永生花

爱你不只是给你买花~愿意花时间完成这个礼物也太有仪式感了，和爱的人一起动手一起花时间共同完成吧！

## 趣味粘土

节假日多种主题造型。

## 南瓜扭扭棒

万圣节挂上可爱的小南瓜挂件，感觉怪可爱的。



## 万圣节糖果袋制作

万圣节，那是一个充满奇幻与神秘色彩的节日，而创作属于自己的讨糖袋，更是为这个节日增添了无尽的乐趣与期待。



## 圣诞帽制作

圣诞帽是圣诞节标志性装饰之一。手工制作的圣诞帽不仅充满了温馨和个性化的特点，还能让人们在这个节日里感受到更多的快乐和温暖。培养小朋友们的动手能力和创新思维。

# 游戏

## 猜灯谜

一个个灯谜，皆是中国传统文化的结晶。

## 棋牌对弈

棋子虽然只有黑色和白色，但在下棋的人眼里却是彩色的。

## 投壶

投壶是把箭向壶里投，投中多的为胜，负者照规定的杯数喝酒。早期供不会射箭的客人代替射箭，后来演变成了宴饮时的一种游戏。

## 人偶巡游

我们期待，借由“人偶”心理辅导工具，人人都可以带着游戏的视角，看到自己，看见他人，在游戏中获得疗愈。

## 趣味拼图

小朋友可以在游戏中学习到观察和空间想象的重要性，同时享受成功的喜悦。还可以培养孩子们的耐心和细致的态度，提升他们的动手能力和创造力。

## 二人三足

通过“两人三足”游戏，孩子们需要在行走过程中保持平衡，这有助于锻炼他们的身体协调性和平衡能力。







## 儿童乐园

让我们一起开启童真之旅，儿童乐园，是孩子们快乐的源泉，更是您亲子时光不可错过的绝佳选择！

## 儿童过家家

儿童乐园内隐藏小厨房孩子在小手揉揉、搓搓、捏捏、剥剥的过程中，增强了宝宝的认知能力，而父母家人与孩子一起做厨房家务，也是享受亲情的快乐时光，可以增进亲子关系，让孩子感到家庭的温情。

## 智慧积木

室内EPP积木乐园鼓励孩子们发挥创造力和想象力，在搭建积木的过程中锻炼手眼协调能力和空间想象力。同时，通过玩耍和探索，培养孩子们的团队合作意识和问题处理能力。

## 波波池

在波波池里可以肆无忌惮地大笑，波波池不只是小朋友的天地哦，一直想像个孩子一样，无忧无虑的时光，翻滚在梦幻的波波池里面抛弃一切的烦恼抓拍可爱的模样。



## 儿童沙池

今天阳光明媚，小朋友们又来到了心心念念的户外玩沙场！沙子在手，世界我有！一到沙场，小朋友们就迫不及待地进入沙池，踩在软绵绵的沙子上，仿佛走在云端，感觉整个人都轻飘飘的！



## 儿童卡丁车

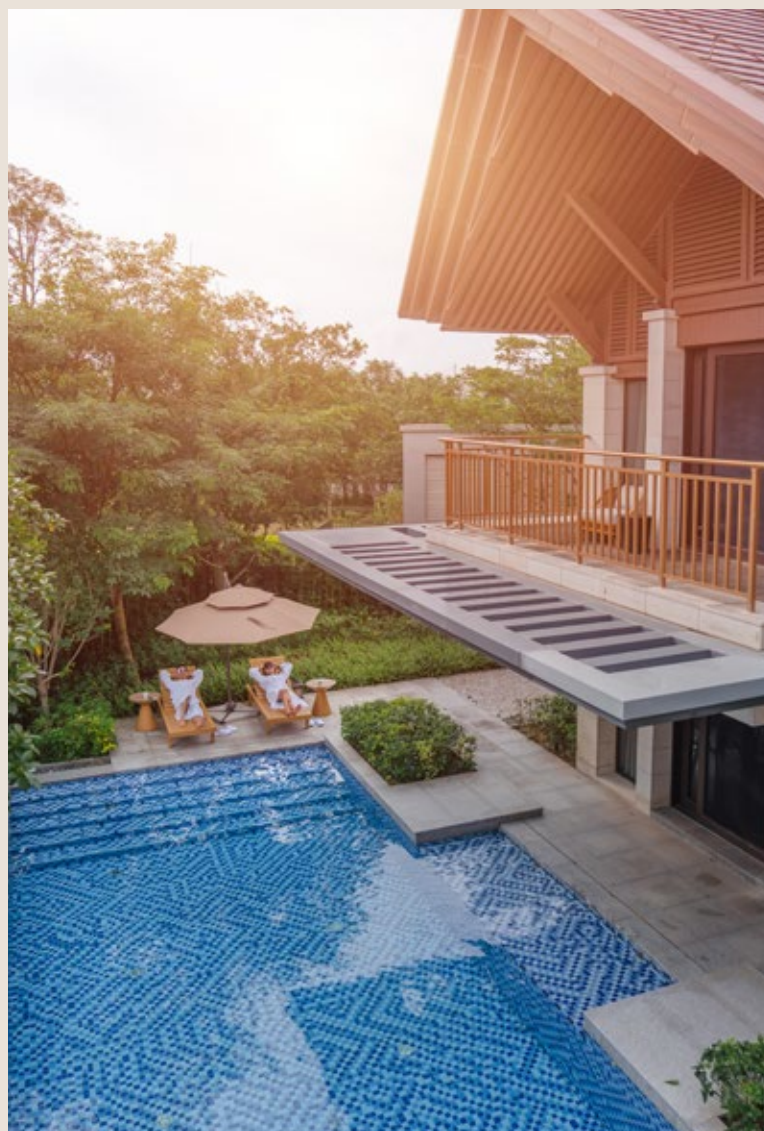
嘀嘀嘀，灵魂车手已上线，体验卡丁车速度与激情，没有酷酷，只有酷酷的我。



## 摄影跟拍

入住悦椿酒店是否被我们舒适的环境所治愈呢?是否想要留住这个奇妙的瞬间呢?我们可以为你提供定格跟拍服务,捕捉幸福美好,为您留住感动瞬,记住这个美好的回忆。艺术品。





# 烹饪

- 美食小当家
- 特色美食

## 冰糖葫芦

吃一口甜真的会变开心啊!冰糖葫芦不仅是口中这无法替代的香甜味,更是无限的童年回忆。手拿一串冰糖葫芦,心里就能定格一个无比美好的暖心画面。整个过程治愈又有趣、口感也丝毫不逊啊!

## 药膳杨枝甘露

杨枝甘露的功效其实来源于它的食材,芒果和西柚都含有非常丰富的维生素,而西米则可以健脾益气,补肺化痰,柚子还可以增强体质的,让身体对钙和铁质的吸收更加容易,所以杨枝甘露对人的身体还有不少好处。

## 寿司

寿司DIY,让美味和快乐“卷”起来!用美味加倍、让快乐加倍!



# 特色美食

## 日出早餐

在清晨第一缕阳光下, 享受健康活力的早餐。

## 日落下午茶

迎着落日余晖,享受慵懒惬意的下午茶。

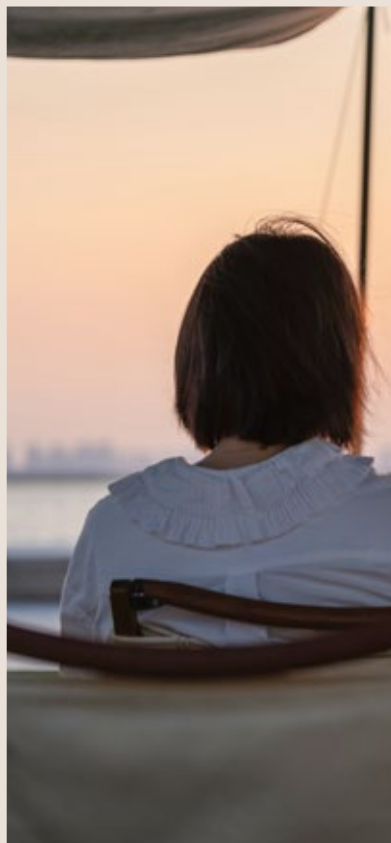
## 特色鸡尾酒

调酒师的个性, 充分展现在鸡尾酒的味道里, 有灵魂的鸡尾酒恰如其分的表达当下此刻……

## 池畔烧烤

与三五好友相聚, 烧烤戏水, 唱歌游戏, 举杯共饮, 享受不一样的新鲜体验。





# 放松

• Spa

• 养修



## 咖啡磨砂

自制咖啡渣磨砂有助于去角质, 紧致皮肤以及改善皮肤的瑕疵(鸡皮, 橘皮组织)。使用之后可以明显感觉到皮肤变得光滑。



## 草药球热疗

草药球是由多种香氛结合多种药草研制而成, 综合了中医温热循环原理, 当热腾腾的草药球与皮肤接触后, 迅速打开毛孔, 其中的精华随之渗透至皮下, 在快速改善循环、排除毒素的同时, 舒解筋骨, 疏通经络, 活血化瘀, 瞬间舒缓疼痛, 净化体内呼吸系统, 舒缓身心, 达到真正净化心灵, 活化能量。

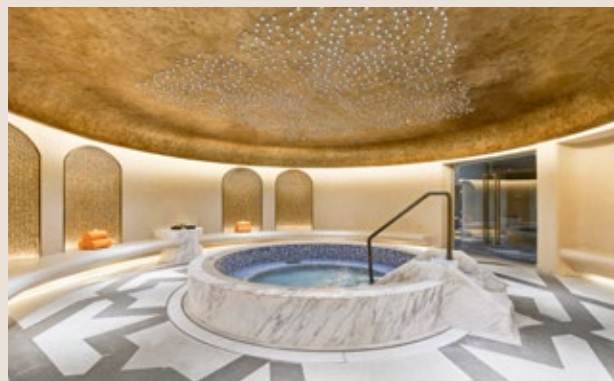


## 极致雨露

雨淋与蒸气交织，搭配舒爽的身体护理，如晨露般唤醒肌肤，振奋身心。

## 椿林体验

椿林汤泉是结合欧洲水疗设施和亚洲养生精髓，共十二种不同体验：雨中漫步、土耳其浴、活力按摩池、蒸汽浴、桑拿房、草本桑拿房、海盐蒸汽房、草本蒸汽浴、热带淋浴、感官淋浴、瑞士淋浴、冰泉。





## 疗愈水中舞

漂浮疗程可以帮助身心深度放松的水中运动和被动疗法漂浮疗愈结合了多种水中康复的元素，如按摩、指压、关节松动、肌肉伸展和舞蹈等，水中疗法会有一些伸展、蜷缩、扭转的等动作，从而完成一些在地面上无法完成的肢体动作。在水中，随着呼吸去摆动我们的身体。



## 颂钵

颂钵疗愈源自古老的东方文化，通过颂钵的声音和振动来疗愈身心。颂钵声音可以帮助调和身体的能量，促进身心平衡，让我们的心灵在听觉的感知下得到平静和疗愈。



## 日落冥想

日落冥想是一种特殊的冥想实践，通常在日落时分进行，旨在整合一天中的能量，通过特定的练习帮助消融个性中的“岩石般”的本质，松解被压抑的能量流，使能量重新流动，进而转化为喜悦。

# 特色

- 特色活动
- 主题派对
- 特色婚礼
- 主题房间
- 户外露营
- 儿童美甲



## 马市体验

每个孩子都可以成为无所畏惧的勇敢骑士，当他们带着一颗童心与马儿低语，抱着十足勇气于马背驰骋，小骑士的大梦想便也在春风中萌芽生长，陪伴孩子前往精彩纷呈的成长之路。

## 单车环游

酒店提供自行车可以骑行，欣赏美丽风景~

## 马拉松

酒店在特殊节假日举办综合游戏闯关活动，领取精美奖品，亲子互动满满，期待您的参加~

## 游泳比赛

比赛需要胜利，可胜利并不是比赛的全部。

# 地球一小时

爱护地球不仅仅在一小时、一个周末，我们可以通过自己喜欢的方式来付诸行动。我们与您一起表达对地球的敬意，对人与自然和谐的美好未来有更多期许。

# 骑行亮灯

体会运动产生动能亮灯的乐趣

# 寻觅打卡地

黑暗不能盖住你的美,夜拍更出彩，集满五个打卡地po在朋友圈获得小奖品一个。

# 游园会

酒店在特殊节假日举办综合游戏闯关活动，领取精美奖品，亲子互动满满，期待您的参加。

# 新年集五福

客人可在室内室外区域寻找“福”字，用手机或相机将福字拍照打卡，集齐5个福字，不仅能获得精美小礼品，还加深了对节日的印象。





# 主题派对

## 跨年派对

和最重要的人在温暖烟火气中跨过…美食在唇齿间慢慢咀嚼，幸福感直线飙升…

## 影吧私人派对

和亲朋好友来一场尽情狂欢的私人派对

## 篝火晚会

点起篝火，十几个好友喝个小酒来点烧烤，看个户外电影，再搞个唱歌比赛，丢几个番薯进火堆，简直不要太香，谁懂啊~

## 生日聚会

让您和亲朋好友度过一个难忘的生日体验

## 成人礼

滚滚而来的年华，迎来永远热烈的18岁，不要留有遗憾，轰轰烈烈！

## 纪念日庆祝

让您和爱人有一个难忘的体验。





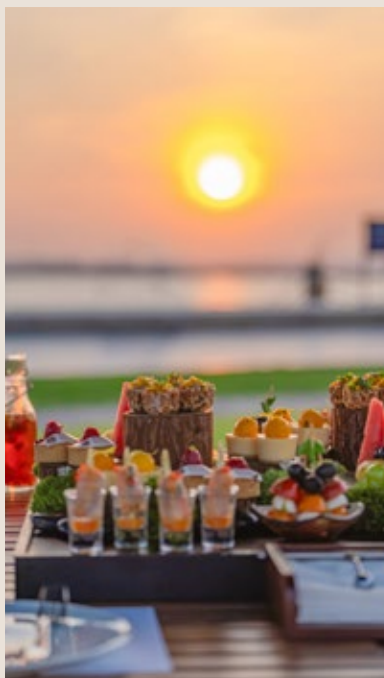


## 映水苑婚礼

打造此生独一无二的美好回忆。

## 阳光草坪婚礼

定格此生约定的美好瞬间。



## 户外露营日落

户外露营体验提供了一个独特的视角来欣赏日落，这种体验结合了户外露营的自由与酒店服务的便利，让大家在享受大自然美景的同时，也能享受到高品质的服务和设施。

## 泡泡浴

在我们的客房内，您可以享受到舒服的泡泡浴，在我们宁静的住宿环境中，可以放松身心，陶醉在彼此的陪伴中。

## B.DUCK主题房

小黄鸭抱枕、飞行棋、积木桌等等，启发孩子自由创作，尽情释放天马行空的想象力。

## 儿童美甲

从小孩的眼中发现色彩的灵感，感受想象力与表达力的碰撞。为小朋友设计的童趣美甲，专属于孩子的安心之美，水漾温和，不伤指甲。

# 周边



## 珠海鲲鹏卡丁运动中心

带孩子来一场卡丁车竞速体验一把风驰电掣的刺激感直道超车，弯道漂移赛道上你追我赶地来回感受超越的快感！

- 营业时间：10:30-22:00
- 距离酒店8公里，驾车15分钟左右



## 星乐度露营小镇

横琴的遛娃胜地之一！——星乐度·露营小镇这里拥有完善的露营设施以及九大主题园区、特色餐厅等合适全龄段的小朋友游玩。

- 营业时间：全年00:00-23:59
- 距离酒店1.7公里，驾车7分钟左右



## 香洲埠文化中心

这里汇聚了中国五大派系建筑一步一景观，一院一园林建筑与园林设计相融合展现出一种独特的韵味。

- 距离酒店6.3公里，驾车11分钟左右



## 石博园

这里汇聚了各种奇石异石怪石配上亭台楼榭、小桥流水一片绿水青山令人心醉。与孩子一同漫步在园区内感受大自然的神奇与鬼斧神工、乘上皮划艇，在宁静的湖面上享受惬意的亲子时光。

- 营业时间：09:00-17:30
- 活动时间：09:30-14:00
- 距离酒店5.9公里，驾车约10分钟



## 励骏庞都广场

励骏庞都广场是一座葡萄牙曼努风格建筑的购物中心集购物、美食、娱乐、休闲与文化体验等多重功能于一体精心为顾客打造一个既舒适又便捷的购物环境。

这里的夜景也很美城堡式的建筑洋溢着浓郁的欧洲风情在灯光的映衬下手机随便一拍都是大片。

• 距离酒店9.7公里, 驾车约20分钟



## 紫檀博物馆

馆内紫檀艺术品典藏丰富,传世佳作云集,彰显“寸檀寸金”的尊贵典范,移步其间,犹如置身明清宫廷,品味檀香雅韵,感受皇室温度。

- 营业时间: 每周一、周二闭馆, 周三至周日9:00-17:00开放  
16:30停止售票(法定节假日除外)
- 距离酒店6.5公里, 驾车15分钟左右



## 新华书店·横琴书笙馆

「书中智慧, 韵如笙月」这家别有古韵味的书店位于横琴德政街上从庭院至室内的墙壁地板都遍布着生蚝贝壳, 用笙、古琴和竹叶做成的装饰也古韵十足。

- 营业时间: 11:00-20:30
- 距离酒店12公里, 驾车约17分钟

## 横琴山

小横琴山位于横琴岛北侧缓急有度的山势为我们带来一览无余的琴澳美景。既可观山看海、欣赏自然之美也可远眺琴澳、感受城市风光。

- 开放时间: 7:00-17:30  
(需注意: 目前, 除小横琴山登山步道横琴公社上山路口、星乐度上山路口、保利上山路口及洋环上山路口对外开放外, 其余上山路口暂未对外开放。)
- 距离酒店9.1公里, 驾车约20分钟



## 花海长廊

大家都看过花海、花田吗? 一片超大型的花田简直是超级梦幻级的风景。珠海有这样一个地方, 不仅有花海还是由不同花种组成的花海长廊。每个季节都会有不同的花可以欣赏, 它就是横琴花海长廊。

- 开放时间: 全年开放
- 距离酒店4公里, 驾车约5分钟



## 芒洲湿地公园

在这里, 凭栏远眺, 能看见白鹭在水边觅食, 绿头鸭欢聚一“塘”或在木栈道中穿行, 或踏上九曲连桥, 或在绿林中漫步……游客们沉浸在一幅迷人的生态画卷中。

- 开放时间: 8:30-18:00
- 距离酒店3.7公里, 驾车约10分钟





## 航展

为让更多人共享航展盛会，第十五届中国航展共设有“珠海国际航展中心”“中国航展无人机、无人船演示区(斗门莲洲)”及“金凤台观演区”3个展区

- 开放时间: 11月12日至14日对专业观众开放, 11月15日至17日对普通观众, 每天开放时间为9:00—17:00。
- 距离酒店15.5公里, 驾车25分钟



## 横琴国家地理探险家中心

由美国国家地理授权打造的, 以寓教于乐为宗旨, 拥有超15项新奇有趣的互动游玩设施。

- 开放时间: 10:00—18:00
- 距离酒店9公里, 驾车约15分钟

## 澳门演唱会

在生活里，我们常常忙于奔波，总是忘了停下来感受那些简单而纯粹的美好，不妨放慢脚步，给自己松松绑，去听听内心的声音，追寻自己真正想做的事。



# 长隆主题乐园

## 长隆飞船乐园

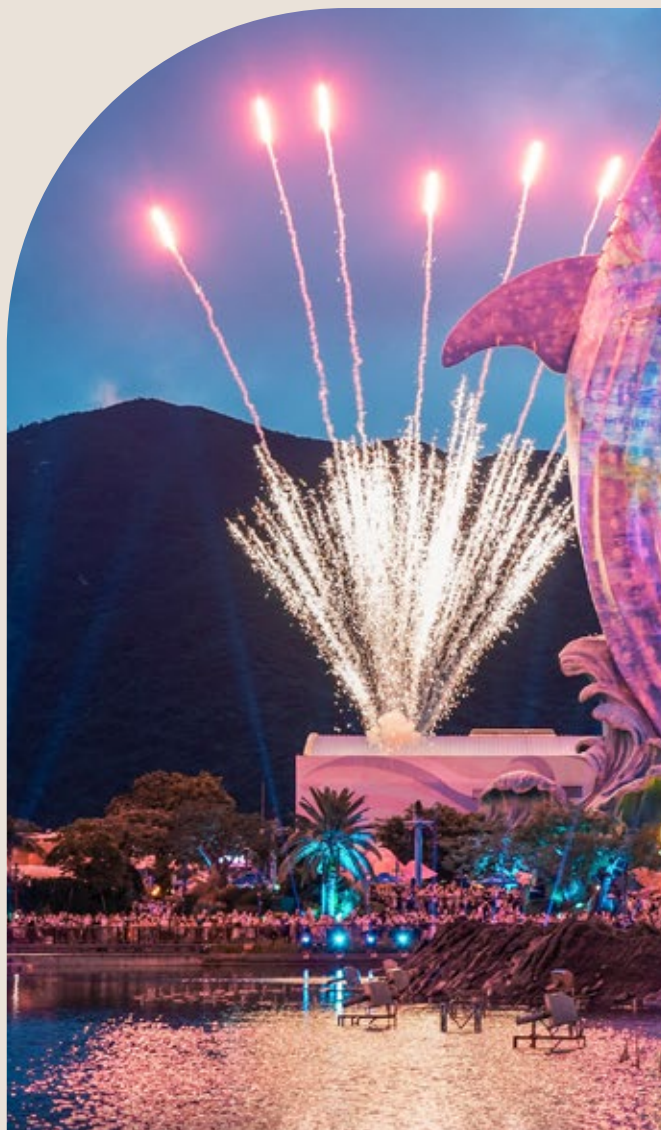
在这里游客可以体验惊险游乐设备参与有趣科普问答，积累积分赢取园区奖励和惊喜奖品。

- 开放时间: 10:00-18:00
- 距离酒店14公里, 驾车约20分钟

## 长隆海洋王国

可以挑战超刺激的过山车观赏各种海洋动物如鲸鲨、海豚、海狮等, 孩子们也可以边玩边学, 参与特色科普活动。

- 开放时间: 10:00-20:00
- 距离酒店12公里, 驾车约20分钟







ANGSANA  
ZHUHAI HENGQIN  
珠海横琴悦椿酒店

[angsana.com](http://angsana.com)