随县抱朴谷康养旅游区简介

随县抱朴谷康养旅游区位于随县淮河镇西二道河村,属于豫、鄂两省交界的桐柏山脉，是中国淮河的发源地，南北气候的过渡带，神农尝百草的诞生地。这里既有北国山体的雄浑，又有南疆风光的秀丽，生态环境非常优越。

抱朴谷景区以桐柏山这个天然中药材宝库为依托，以中医康养为核心，以森林康养、运动康养为辅助，大力发展康养旅游，兼顾中草药文化遗产保护和中医药研学旅游。

景区与312国道、宁西铁路、随岳高速紧邻，距随岳高速出口仅3公里，与沪陕、汉十、京港澳等四条高速公路毗邻，距桐柏火车站15公里，与随县高铁、信阳高铁、明港机场、南阳机场仅1小时车程，3小时内可抵达武汉都市圈和中原城市群，交通十分便利。

景区占地面积18,000亩，山环水抱，北低南高。森林覆盖率达95%，负氧离子含量每立方厘米高达46800个，空气中芬多精富集；山泉水独特优良，微量元素丰富，锶含量达0.83。这里的山谷多样，植被丰富，林石秀美，野生花卉争相开放；山泉汇流成河，有数条山泉顺势而下，泉水清澈，泉石怡人，偶有野生鱼虾游隙其间。进入抱朴谷，呼吸吐纳、一啄一饮之间即可沐浴在天然的森林氧吧中。进山道路隐于林中，古村落遗址星罗棋布，山顶有绵延10公里的宋代山寨，是南方保存最完整、规模最大的古寨。山林间按原生态理念设计的森林康养步道幽静怡人，漫步其中可沿途认识奇花异草各种植物，欣赏溪流、瀑布、森林等诸多奇观。

抱朴谷景区是中国野生萤火虫最富集的地区。在这里，白天，山绵延至天边，天空湛蓝如宝石，极明极净，云悠然自在；晚上繁星满天，萤火乱舞，最多的时候在山腰山涧形成一条银河，置身苍茫山间，头顶浩渺云汉，眼前一条莹莹闪烁的匹练飞光，既神奇又浪漫，一切都堪称奇观，被称为中国中部醉美星空。景区建立的“萤火虫保护基地”，集“栖息地保护”、“赏萤”、“科普”、“露营”、“观星”于一体，成为最佳的旅游生态保护基地。

抱朴谷内有着丰富的野生中药材资源，有动、植、矿中药材1,000余种，珍稀、道地中药材60余种。抱朴谷建设有神农百草园、中医药文化展示中心、中药材标本馆、中医馆，开发了系列中医药养生产品，在抱朴谷即可领略中国中医药文化的精髓，又可体验到熏蒸、药浴、艾灸、针灸等中医健身的奥妙和神奇。

抱朴谷建设的有机蔬菜基地，保障食材安全，多种养生膳食、养生茶、养生酒应有尽有。各种客房、森林木屋、民宿客栈全部以自然、生态理念建筑和配置，在抱朴谷吃的健康、住的舒心。

抱朴谷先后被授予“中国中草药文化遗产保护基地”“中国农耕文化教育示范基地”、“中国森林养生基地”“湖北省文化产业示范基地”“湖北省林业产业化重点龙头企业”“国家AAA级景区”。