

ชวนไปเที่ยวศาลาฯ สัมผัสความงามวิถีไทย

บริเวณหยุดสุดสัปดาห์กับโปรแกรมการเดินทางแบบชิลล์ๆ จากแยกพุทธมณฑลสาย 4 ผ่านมหาวิทยาลัยมหิดล ศาลาฯ มาตามถนนลาดยางสายใหม่ศาลาฯ - นครชัยศรี จังหวัดนครปฐม มุ่งหน้าไปยัง 'ศูนย์สุขภาพเซตวัน' ดันตัวรับการดูแลสุขภาพวิถีไทย ซึ่งเป็นจุดหมายแรกของวันนี้ !!!

เริ่มต้นด้วยโปรแกรมดูแลสุขภาพของ **เซตวัน ริทธี รีสอร์ท แอท ศาลาฯ** ที่รวมเอาคลินิกแพทย์แผนไทยโชนชัยศรีเข้ากับศาสตร์การดูแลสุขภาพแขนงต่างๆ เพื่อบำบัด ส่งเสริม พิษฟูดูแลสุขภาพ หรืออาจจะเป็นการเพิ่มความงามและผ่อนคลาย ด้วยการดูแลสุขภาพเฉพาะบุคคลผ่านคำแนะนำ การประคบ และการติดตามผลจากแพทย์แผนไทยผู้ชำนาญการ โดยรูปแบบการให้บริการประกอบไปด้วยกิจกรรมต่างๆ ทั้งการนวดตำบวัดโพธิ์ การประคบ และอบสมุนไพร การทำสมาธิ การบริหารร่างกาย การออกกำลังกายในน้ำ เชน่า ฟิตเนส พร้อมรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ

สำหรับ **ศูนย์สุขภาพเซตวัน** ที่ศาลาฯแห่งนี้ มีแหล่งพักผ่อนสไตล์รีสอร์ทที่มกวัน 15 ห้อง ประเภทดีลักซ์ 5 ห้อง สุปรีเรีย 10 ห้อง พร้อมด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน จึงทำให้ในแต่ละวันของผู้ที่เข้ามาใช้บริการ ได้รับการดูแลเป็นอย่างดี จากผู้เชี่ยวชาญ ทั้งโปรแกรมบำบัดโรคที่หบป่วยจากการทำงาน โปรแกรมดูแลสุขภาพสตรี โปรแกรมดูแลสุขภาพคุณแม่ โปรแกรมฟื้นฟูสภาพร่างกาย ซึ่งสร้างความสดชื่นให้กับร่างกายได้ไม่น้อยทีเดียว

โดยเฉพาะช่วงเวลานี้ บริษัท บัตรกรุงไทย จำกัด (มหาชน) ร่วมกับศูนย์สุขภาพเซตวัน ในฐานะผู้บริหาร 'เซตวัน ริทธี รีสอร์ท แอท ศาลาฯ' มอบส่วนลดโปรแกรมดูแลสุขภาพ



เซตวัน ริทธี รีสอร์ทฯ



เข้าโปรแกรมนวดไทย

พร้อมที่พัก ให้กับสมาชิกบัตรเครดิตพิเศษ เพียงซื้อโปรแกรมสุขภาพ 2 ท่าน ลดทันที 50% สำหรับท่านที่ 2 กับแพคเกจที่มให้เลือกมากมาย เริ่มต้นตั้งแต่โปรแกรม 1 คืน 2 วัน ราคา 5,900 บาท จนถึง 4 คืน 5 วัน ราคา 26,000 บาท ตั้งแต่วันที่ จนถึงวันที่ 31 ธันวาคม 2555

ขณะที่เราใช้เวลาในช่วงเช้าอย่างคุ่มค่าด้วยนวดแผนไทยตำบวัดโพธิ์ ชั่วโมงแรก 400 บาท ถัดมา 2 ชั่วโมงคิดเพียง 600 บาทเท่านั้นจากการจับเส้น และโลมม ก่อนจะเข้าโปรแกรมบำบัดโรค ตามประสาคนทางานออฟฟิศไม่มีเวลาออกกำลังกาย ทั้งบ่า ไหล่ และเอวจะสะสมความปวดเมื่อยไ้เป็นเวลานาน เมื่อได้รับการบำบัดจึงดูผ่อนคลายลงบ้าง แต่ถึงกับหายขาดต้องกลับมาใช้วิธีการอย่างต่อเนื่อง พร้อมๆ กับการดูแลสุขภาพการกินให้อีกสุขภาพแข็งแรง จึงจะทะเลาะในที่สุด

ช่วงบ่ายช่วงวันเดียวกัน เราเดินทางออกจาก 'ศูนย์สุขภาพเซตวัน' มุ่งหน้าสู่ ตลาดท่านา หรือตลาดนครชัยศรี ตามเส้นทางเดิมถนนศาลาฯ - นครชัยศรีอีกประมาณ 4-5 กิโลเมตรก็จะ

เห็นสะพานรามเมฆ เส้นทางเข้าตลาดนครชัยศรี ตลาดทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ ซึ่งเป็นตลาดเก่าแก่ที่ตั้งอยู่คู่วิถีชีวิตชาวบ้านมากกว่า 140 ปี ที่ยังคงอนุรักษ์บ้านไม้เก่า 2 ชั้น มีอายุกว่า 90 ปี ให้คนรุ่นหลังได้ชื่นชม

เมื่อมาถึง ตลาดท่านา เราเดินไปยังซุ้มประตูที่เขียนไว้อย่างชัดเจนว่า "ตลาดท่านา"

ด้านขวามือ เป็นแม่น้ำนครชัยศรี หรือแม่น้ำท่าจีน ส่วนที่ไหลผ่านเมืองนครชัยศรี ช่วงแดนมลคมตักผู้คนมักจะนิยมให้อาหารปลาริมน้ำแห่งนี้ เนื่องจากมีบันไดลงไปยังอาหารได้อย่างสะดวก ส่วนด้านซ้ายมือจะเป็นร้านรวงขายอาหารคาวหวานมากมาย ทั้งเบ็ดเตล็ด เบ็ดเตล็ด อาหารทะเลเผา ทอหมกปลาช่อน ปลาช่อนทอดน้ำปลา ขนมหวานต่างๆ เดินต่อมาอีกนิดจะเจอกับเรือนตลาดใหม่ที่ทางสำนักงานทรัพย์สินฯ เข้ามาปรับปรุงพื้นที่สร้างเป็นตลาดที่ค้าขายมีหลังคาแต่ยังคงวิถีชุมชนดั้งเดิม ด้วยการปลูกสร้างให้โล่งโปร่งสบายดูไม่แปลกแยกกับพื้นที่เดิมๆ เท่าใดนัก

จุดที่น่าสนใจต่อไปก็คือร้านขายของเล่นตรงหัวมุมที่มีของเล่นนานาชนิดมากมาย รถเรือเครื่องบิน ตุ๊กตาดูดตักมีครบหมด อีกทั้งยังมีของเล่นแบบโบราณที่ทุกวันนี้หาจะไม่มีขายให้เห็นกันแล้ว ก่อนจะเดินเลี้ยวซ้ายมาตามถนนจะเจอกับอีกร้านหนึ่งที่มีลักษณะคล้ายรูปก็คือ **ร้านบ้านส้มโอหวาน** ซึ่งภายในร้านและหน้าร้านมีแต่ส้มโอ ส้มโอ และส้มโอ และสัญลักษณ์ของร้านก็เห็นรูปลูกส้มโอโยกยักที่ตังโชว์อยู่บนหลังคาเห็นเด่นเป็นสง่า ให้ความรู้สึกสมกับเป็นเมืองส้มโอหวาน ข้าวสารขาว ลูกสาวสวยจริง ๆ

เดินต่อไปอีกสักหน่อย เจอกับร้านขายของเก่า ของสะสม ที่มีหลากหลายรูปแบบทั้ง โคมไฟ ภูบ้าน ภูหล่อเทพเจ้าเครื่องเล่นแผ่นเสียง วิทยุโบราณ และอีกมากมาย ขณะที่ฝ่ายตรงข้ามก็เรียกความสนใจจากเหล่านักท่องเที่ยวได้ไม่น้อย กับเบเกอร์รี่เสลส์ ที่ **ร้านมามอนจิง** ซึ่งมีเนื้อเบเกอร์รี่แสนนุ่มนวล แถมยังมีหน้าให้เลือกลิ้มชิมรสหลากหลาย จึงไม่แปลกนัก ถ้านำออกมาวางขายแปดเดียวก็หมด !!!

จากนั้นเป็นร้านอาหารชื่อดังอีกแห่งของตลาดท่านา **"ร้านดีโกนา"** ที่เราเดินผ่านไปผ่านมายังเห็นคนแน่นร้าน อาจจะเป็นเพราะอาหารเขามีให้เลือกสั่งได้หลากหลาย อีกทั้งยังเป็นร้านดั้งเดิมมาตั้งแต่อดีต จึงกลายเป็นร้านเก่าแก่ที่



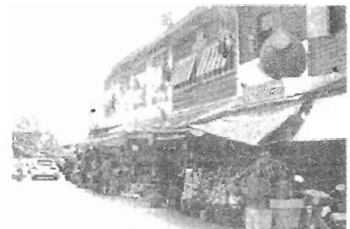
ทอหมกปลาช่อน



ปลาช่อนทอดน้ำปลา

ใครผ่านไปมาจะต้องแวะลิ้มชิมรส ???

เพียง 2-3 ชั่วโมงที่ใช้เวลาอยู่ในตลาดท่านา เราพบเห็นร้านค้าที่ขายข้าวของเครื่องใช้โบราณ และอาหารการกินที่มให้เลือกตลอด ทั้ง 2 ฟากถนน ด้วยเหตุนี้สถานที่ดังกล่าวจึงเหมาะสมอย่างยิ่ง สำหรับคนที่มเวลาน้อยต้องการไปเที่ยวแบบไปเช้าเย็นกลับ น่าจะเป็นทางเลือกที่ดีมาก เพราะไม่ไกลจากกรุงเทพฯ นักใช้เวลาเพียง 40 นาทีเท่านั้น การเดินทางสะดวกสบาย ไม่แออัดด้วยนักท่องเที่ยวจนเกินไป อีกทั้งยังมีเวลาเหลือเฟือ กับการผ่อนคลายความเมื่อยล้า ที่ เซตวัน ริทธี รีสอร์ท แอท ศาลาฯ ได้อย่างเต็มที่ สำหรับผู้ที่สนใจสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับ ศูนย์สุขภาพเซตวัน 0-3436-5009 หรือ 08-4133-3650 หรือที่เว็บไซต์ www.chetawanretreatresort.com



ร้านบ้านส้มโอหวาน



ร้านขายของเก่า