**深呼吸·云中漫步 昆明/大理/丽江 双飞5晚6天**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **行程提示**：  1、云南地区紫外线较强，气候变化较快，请您在出行前提前做好相应准备；  2、云南公路多处山岭、山脉地区，城市区域间交通行驶时间较长，请您自备些许充饥食品；  3、为避免您出现高原反应，请随身携带些许高能食品，并尽量避免剧烈运动。 | | | |
| **01**  昆明  连锁品牌酒店  今日餐饮安排：  无安排 | 交通✈/🚍 | 起始地→长水国际机场→昆明市区（28km/50分钟） | |
| 游客乘机抵达昆明，今日各地贵宾乘机抵达昆明长水国际机场后，将由接机工作人员安排各位贵宾至**【爱旅行贵宾服务中心】**稍作休息，等待车辆接送至酒店办理入住手续。（今日无活动和餐饮安排，各位贵宾可自由活）；入住后游客可自行游览昆明，品尝街头美食。  三分春之妙，两分在昆明。昆明，一座与蓝天为伴，和白云共舞的幸福之城，一座鲜花开不败，春风吹不断的宜居之城。饭馆、小吃摊遍布城市的每一个角落，果蔬、鲜花在每个季节都变着花样新鲜。炸洋芋，豆花米线，摩登粑粑，烤豆腐，凉米线，烧饵块……每一样都色味俱佳，是云南独一无二的特色风味。 | | |
|  | 1. 昆明早晚温差较大，请您注意添减衣物的准备； 2. 为避免出现饮食问题，请您在自行品尝美食时，选择正规的餐饮场所； 3. 在自由出行时，请您保管好个人财物。 | | |
| **02**  楚雄  指定精品酒店  今日餐饮安排：  早餐/午餐/晚餐 | 交通🚍 | 昆明→石林→茶文化体验馆→楚雄 | |
| 享用早餐后，乘车前往有“天下第一奇观”美誉的世界地质公园，到达国家5A级景区**【石林风景名胜区】**（游览时间2小时,自理：电瓶车25元/人），石林凝聚天地灵气，日月精华，续写地质传奇，大地造诣，被列为地球“八大自然景观”每一块石头，仿佛是一首凝固下来的诗，跌宕起伏的石岗间传颂着阿诗玛至死不渝的爱情故事。随后前往以游客体验为中心的**茶马古道文化体验馆**。  乘车前往楚雄，感受神圣图腾的彝人**【长街宴】，**从【祭火大典.迎宾式】开始，向远道而来的朋友们诉说本族的传奇故事，如果您不知道左脚舞怎么跳，那就让彝族小伙和姑娘来教你吧，玩得痛快才地道！此外，放开小酌，“大口喝酒，大块吃肉”的豪情请尽情挥洒在彝人们盛情的【长街宴】，而【彝乡恋歌】带动的热情能让您全身心参与其中，与好客的彝族人民一同上演“同族欢庆”。之后跟随彝族人民来一场**【祭火大典.篝火晚会】，**让欢声，让笑语伴着您入眠。餐后入住酒店。 | | |
|  | 石林景区占地面积较大，游客在游览时请跟好随团导游 | | |
| **03**  大理/丽江  指定精品酒店  今日餐饮安排：  早餐/午餐/晚餐 | 交通🚍 | 楚雄→大理古城→花海→大理/丽江 | |
| 享用早餐后，乘车前往大理，抵达后欣赏大理白族沿袭千年的传统文化“白族三道茶表演”，品尝“一苦二甜三回味”的三道茶。游览中国历史文化名城**【大理古城】**（游览1小时,自理：电瓶车35元/人）“最美的女子养在闺中，最美的风景藏在边陲”，古城中聆听一场风花雪月的南诏故事。中午品尝特色午餐白族风味餐，乘车前往游览**【大理花海】(含骑行)**，漫步花田，数不胜数的不同种类的花田花香十里，花不醉人人自醉；近几年，花海似乎成了大理的另一张新名片，看花也成为大理人民休闲娱乐的好去处，百合、百日草、格桑花、一串蓝、万寿菊、石竹、风铃草、蛇目菊、鸡冠花、红叶、柳叶马鞭草、紫柳、玫瑰等20多个品种，一年四季不同的季节都有不同的鲜花品种开放，让到这里赏花的游客都能观看到美丽的鲜花；除了遍地鲜花以外，还可以骑上自行车，漫游洱海边，享受属于自己的花样年华。根据行程安排大理或者丽江酒店入住。 | | |
|  | 1. 大理属少数民族（白族）居住地，请您在游玩时，尊重当地宗教信仰与风俗习惯； 2. 大理地区时常出现季风气候，请您做好一定的防风准备。 | | |
| **04**  丽江  指定精品酒店  今日餐饮安排：  早餐/午餐/无 | 交通🚍 | | 大理/丽江→玉龙雪山→丽江 |
| 酒店早餐后，乘车前往参观民俗文化交易市场（参观时间150分钟）。后前往纳西神山国家5A级景区【玉龙雪山】（游览4小时；含景区排队时间；午餐为雪山餐包）纳西族保护神“三朵”的化身，凄美的殉情天堂，险秀奇美的冰川博物馆。乘坐【丽江玉龙雪山索道】登临雪峰，饱览姿态万千的雪域风光，抒发一览众山小的凌云壮志。游览【蓝月谷】（自理：电瓶车60元/人），玉龙雪山冰雪融化成河水从雪山东麓的一条月牙形的山谷而过，在晴天时，水的颜色是蓝色的，远看就像一轮蓝色的月亮镶嵌在玉龙雪山脚下。之后特别安排大型歌舞表演【丽江千古情】用IMAX3D的大片视觉，重现《纳西创世纪》、《泸沽女儿国》、《马帮传奇》、《木府辉煌》、《玉龙第三国》等丽江长达千年的历史与传说，引领观众穿越雪山， 在旷远原始的洪荒之域、在泸沽湖畔的摩梭花楼、在挟风裹雨的茶马古道、在金碧辉煌的木府、在浪漫凄情的玉龙第三国、在世外桃源般的香巴拉相约一场风花雪月的邂逅，感受一个美丽的时刻。全剧有高空反重力走月亮、大鹏神鸟救祖、高空撞门杠、水雷、洪水、瀑布、雨帘栈道、大型雪山机械模型等上万套高科技机械与原生态艺术相结合，勾勒出一部充满着灵与肉、血与泪、生与死、情与爱的文化传奇。  后游览世界文化遗产、国家5A级景区【丽江古城】，随意、自然的生活，如同水的慵懒，阳光的温情，一缕幽香熏染着纳西情韵的古镇。流水、小桥、人家，宛若秀丽的江南，独自沉沦在那份自在与悠然之中，游客请自行选择品尝古城内小吃、美食，游览结束后自行返回酒店。 (丽江古城属于开放式景点，游客游览结束后，自行前往酒店) | | |
|  | 1、丽江早晚气候较为寒冷，请您注意防寒保暖；  2、玉龙雪山景区海拔均为4000m以上，请您在游览时不要做剧烈运动，避免缺氧导致严重的高原反应。  3、【温馨提示：①.由于丽江玉龙雪山索道实行限流政策和受风季影响停开等特殊情况及索道维修等人力不可抗因素导致游客无法乘坐的，我社会根据索道公司实际的配额改乘云杉坪索道或牦牛坪索道并现退索道的差价，敬请谅解；②.另据索道公司规定，身高超高1.4米（含1.4米）儿童旺季不保证能现场补票。为保证儿童与成人均能正常游览，超高儿童请在报名时提前补交门票费用：古维50元 +进山50+140元丽江玉龙雪山索道费用+手续费20元，以便我们提前制卡。带来不便，请多配合。】 | | |
| **05**  昆明  指定精品酒店  今日餐饮安排：  早餐/午餐/晚 | 交通🚍 | | 丽江→昆明 |
| 早餐后，乘车前往参观【**丽江纳西民俗集贸市场**】（参观时间150分钟）。中餐后我社根据游客行程安排汽车返回昆明，根据时间安排**婕珞芙皮肤管理体验，明星代言，高科技成果。VIP专属贵宾享受。**入住酒店。 | | |
|  | 1. 丽江属少数民族地区，请尊重当地礼仪和风俗习惯； 2. 丽江日温差较大，请注意防寒保暖，并避免剧烈运动。 | | |
| **06**  温馨的家  今日餐饮安排：  早餐 | 交通🚍/✈ | | 昆明→散客集散中心→长水国际机场→起始地 |
| 酒店早餐后，前往**【散客集散中心**】，参观鲜花土特市场，（游览时间120分钟；回程航班时间为11：30分之前则不做安排），根据航班时间赠送**婕珞芙皮肤管理体验及测皮肤**，明星代言，高科技成果，VIP专属贵宾享受（具体以当天排队为准，未参与到不退任何费用）；  今日将根据航班时间前往长水国际机场，安排专业人员为您送机，返回温馨的家，结束您愉快的云南之旅。 | | |
|  | 1. 今日为行程结束日，请您检查好所带行李及随身物品，以免遗漏； 2. 请您在返程前关注目的地气候，下机前做好添减衣物准备。 | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 酒店安排 | **昆明段：**希尔顿欢朋、昆明航立酒店、云南维居金鹰大酒店、隐沫酒店、西南宾馆、绿洲大酒店、维纳斯国际酒店或同级酒店  **楚雄段：**君耀大酒店，艾菲特酒店、嘉悦大酒店、韩尚峰酒店、广怡大酒店、金海湾大酒店、福星酒店或同级酒店  **大理段：**银泉大酒店、大观酒店、世纪风情酒店、天发酒店、地质酒店、宏忠大酒店、云佳酒店、双红酒店或同级酒店  **丽江段：**凯斯酒店、云朵酒店、手绘画酒店、吉钰酒店或同级酒店  **昆明段：**花之城豪生大酒店或同级酒店  **备注：如遇特殊原因，不能安排备选酒店时，我社有权安排同级别、同标准的其他酒店。** |
| 餐饮安排 | 用餐标准：5早餐/7正餐。早餐均为酒店自助餐；正餐30元/人，特色餐40元/人；  第一天——今日无餐饮安排  第二天——早餐：酒店自助餐 →午餐：彝族风味餐 →晚餐：长街宴特色餐  第三天——早餐：酒店自助餐 →午餐：白族风味餐 →晚餐：正餐  第四天——早餐：酒店自助餐 →午餐：雪山餐包 →晚餐：不含  第五天——早餐：酒店自助餐 →午餐：正餐 →晚餐：正餐  第六天——早餐：酒店自助餐 →午餐：不含 →晚餐：不含 |
| 接待标准 | 1. 住宿标准：全程入住指定精品酒店 2. 用车标准：行程中所使用车辆合法旅游运营资质空调车辆，确保每人一正座。 3. 服务标准：行程中所安排导游为持有国家导游资格证，并有五年以上从业经验的优秀人员。 4. 安全标准：旅行社为游客购买云南旅游组合保险（旅行社责任险）。 |

购物说明：茶文化体验馆+白族民居+民俗文化交易市场+丽江纳西民俗集贸市场+散客集散中心

自费说明：【石林电瓶车25元/人】【大理电瓶车35/人】【玉龙雪山：氧气瓶小瓶68元/人、大瓶100元/人、羽绒服50元/人、蓝月谷电瓶车60元/人】