

## 时光云南雪山篇

### 丽江|大理|泸沽湖|香格里拉 7晚 8日轻奢游

最美打卡：南诏风情岛，圣托里尼，环游洱海，人间仙境，童话世界

最美古城：大理古城 丽江大研古镇 束河古镇，独克宗古城

欢乐美食：白族沙锅鱼 纳西药膳鸡火锅，摩梭走婚宴 藏王土司宴

泸沽湖畔：划猪槽船、登里务比岛、俯瞰泸沽湖

最美雪山：玉龙雪山 蓝月谷

最美森林：普达措国家森林公园

贵宾专属：一位专业摄影师服务一组客人 入住一晚温泉酒店

特别赠送：新婚夫妻赠送鲜花铺床。生日当天赠送生日蛋糕

赠送大型表演《丽水金沙》

2021年4月1日赠送的表演《丽水金沙》改为赠送千古情之《爱在丽江》

雪山赠送三宝《防寒服租借、氧气壹瓶、矿泉水壹瓶》

贴心服务：

- 1、专职导游服务
- 2、3年内新车 5年驾龄以上老司机
- 3、车辆检查、车速不超 80km/h
- 4、我们提供管家式的服务，旅游有问题，一站式全帮你搞定；

行程秒懂：

第一天：抵达丽江-接站-住丽江

第二天：丽江-大理-双廊-私人游艇-南诏风情岛-jeep车摆拍-圣托里尼-大理古城-住大理

第三天：束河古镇-玉龙雪山-蓝月谷-丽水金沙-丽江古城-住丽江

第四天：丽江-山路十八弯-观景台-划船游湖-猪槽船-里务比岛-走婚宴-住泸沽湖

第五天：摩梭家访-情人滩-万亩草海-走婚桥-回丽江-住丽江

第六天：丽江-香格里拉-长江第一湾-普达措-土司盛宴-住香格里拉

第七天：独克宗古城-坛城-返丽江-住丽江

第八天：根据航班返回温暖家园

## 详细行程:

D1	交通	贵阳✈️丽江🚗入住丽江	住宿	丽江准五星酒店
	餐饮	今日无餐饮安排		

**贵阳 → 丽江：丽江接机，入住酒店。航班参考出团通知。**

您乘机抵达丽江，接站人员在三义机场欢迎您的到来,带您入住酒店稍事休息，愿您以最佳精神状态迎接此次云南之旅。入住酒店后，自由活动。



D2	交通	丽江🚗大理	住宿	大理温泉酒店
	餐饮	早餐：酒店 中餐：沙锅鱼 晚餐：风味餐		

**大理—双廊—南诏风情岛—海东 jeep 车摆拍 - 圣托里尼-大理古城-住大理温泉酒店**

早餐后, 7:00 乘车前往沿环海路迎面而来的是清新自然的洱海清风，美丽苍山仿佛是一幅山水画在您的眼前呈现。游览千年古渔村——**双廊**，“大理风光在苍洱，苍洱风光在双廊”，（自由活动）漫步双廊，镇上有许多风格迥异的建筑，有舞蹈家杨丽萍的“太阳宫”、“月亮宫”、可以外观一番。双廊游览结束后，乘坐私人游艇，登洱海最美岛屿——南诏风情岛。登上岛来，举目远眺。碧蓝的海水环绕岛屿，阳光透过云层折射在海面上，形成了“洱海神光”，远方连绵的苍山为背景，是摄友们最想捕抓的极品镜头

游览结束后，乘车前往海景餐厅用中餐，享用白族美食 - 沙锅鱼。中餐结束前往网红拍摄基地，**我们是在最美的海东拍摄,帮您拍照的是专业摄影师，赠送 4 张精修电子照片，jeep 车摆拍，天空之境，玻璃球，白桌子，天梯等。**拍摄结束后乘车前往游览 - 东方圣托里尼。大理的圣托里尼依山而建，让您身临其境诗人笔下的，面朝大海。春暖花开。游览结束后,前往大理古城，**洋人街**，红龙井,感受南诏古国风韵,尽情享受属于我们的欢乐小时光，美好的一天将要结束，前往温泉酒店用晚餐后。入住温泉酒店休息

### 出行前的准备:

- 1、今晚入住的温泉酒店，可以在泡泡温泉解乏。
- 2、手机、相机充好电、充电器、充电宝准备好。工作人员会给大家拍照，还是建议大家自己可以多拍点，手机发朋友圈效果更好哦；
- 3、拍照道具随个性准备齐全，女孩子可以多带几件美美的裙子；
- 4、防晒霜一定要高倍的！大理的紫外线可不温柔；补充体能的饮品、甜食也可略作准备。



# D3

交通

大理  丽江

住宿

丽江准五星酒店

餐饮

早餐：酒店 中餐：药膳鸡火锅 晚餐：无

## 束河古镇—玉龙雪山—蓝月谷—丽水金沙—住丽江

早餐后大理到丽江, 游览【束河古镇】、束河古镇是茶马古道上保存完好的古镇, 安静而文艺, 古朴而厚重, 青龙桥, 四方街让您体会到昔日茶马古道的繁荣, 游览结束后, 前往步行享用特色步-药膳鸡火锅。

中餐后, 乘车前往【玉龙雪山风景区】, 乘坐环保车前往游览玉龙雪山风景最美的索道-【冰川大索道】(如遇大风\检修或索道票限额, 不可抗拒因素则无条件退差价 80 元/人改乘云杉坪索道), 游览冰川地质公园。一山为盟, 片雪为誓, 我要和我最心爱的人一起去, 看蔚蓝的天空, 看美丽的玉龙雪山。

前往游览【白水河、蓝月谷】领略由玉龙雪山冰雪融化而形成的天然雪湖 - - 蓝月谷, 蓝月谷有小九寨沟之美誉。(由于景区较大, 建议乘坐电瓶车游览, 电瓶车费用自理 60 元/人) (今晚晚餐自理)。

今晚观看大型民族歌舞表演《丽水金沙》, (观看时间 60 分钟, 赠送项目, 不参加不退任何费用) 表演结束后, 自行前往丽江古城 经过【新华街】, 路边小桥流水熙熙攘攘的人流展现出古城的热力, 来到【四方街】这是丽江古城以前丽江主要的茶马互市的主要场地, 锃亮的石板映射了古时的繁荣, 而后咱们前往【网红街现文巷】抬头仰望, 倒挂的两排油纸伞映入眼帘, 夜晚的古城是最美的, 自由活动结束后自行返回酒店休息。



# D4

交通

丽江  泸沽湖

住宿

泸沽湖别致酒店

餐饮

早餐：酒店 中餐：风味餐 晚餐：摩梭走婚宴

## 丽江—山路十八弯—泸沽湖—观景台—划船游湖—里务比岛—篝火晚会—住泸沽湖

早餐后, 在导游的陪伴下, 乘车前往传说中的东方女儿国—【泸沽湖】(驴友们评价云南最受欢迎的景点), 沿途观赏金沙江河谷风光及小凉山风光, 山路十八弯, 原始的纳西村庄与彝族村寨, 到达泸沽湖观景台, 欣赏风景如画的泸沽湖全景, 您即将看到中国最美的湖泊。在观景台您可以看到泸沽湖全貌, 它已经等您几亿年了, 终于等到您啦, 在这里您不用拍照技术都能照最美的照片, 泸沽湖唯一的交通工具, 就是摩梭人著名的“猪槽船”了, 我们【划猪槽船】去湖心, 坐在猪槽船中, 静静看着洁白的水藻花在湛蓝的湖水中摇曳, 耳边划船人的歌声浸入心间, 一番宁静一番趣味。湖间, 有两座小岛将泸沽湖一分为二, 登上【里务比岛】, 岛上树木郁葱, 岛上的白塔纪念着赫赫有名的摩梭人统治者阿云山, 您可以去看一看

我们热情的摩梭人民，拿出招待贵宾用的【**摩梭走婚宴**】，用它来招待远方来的贵客们，烤土鸡、酥油茶、苏里玛酒，好好品尝吧。酒足饭饱后，您可以参加摩梭人民举行的盛大的【**篝火晚会**】，和我们的摩梭青年男女一起跳“甲搓舞”玩累啦，导游带您去休息。入住酒店。



<b>D5</b>	<b>交通</b>	泸沽湖🚌丽江	<b>住宿</b>	丽江准五星酒店
	<b>餐饮</b>	早餐：酒店 中餐：风味餐 晚餐：无		

### 了解摩梭文化—情人滩—走婚桥—万亩草海—丽江—住丽江

早起自行观看日出，飞鸟，村舍，神山，晨雾，一幅美丽的画卷呈现在您的眼前，早起自行观看日出，飞鸟，村舍，神山，晨雾，一幅美丽的画卷呈现在您的眼前，早餐后，参加摩梭母系家族的重要活动 - 【**了解摩梭文化**】(游览时间约 120 分钟).古老原始的摩梭村落是如今最后一个母系氏族社会的活化石，现还保留着“男不婚女不嫁”的走婚习俗，让我们去到摩梭家里去了解吧。

用中餐后。到达情人滩游览。游览四川草海观万亩草海，**游走婚桥**，走婚桥是摩梭少男少女走婚的永恒记忆，游览结束后，乘车返回丽江，入住酒店休息。



<b>D6</b>	<b>交通</b>	丽江🚌香格里拉	<b>住宿</b>	香格里拉准五星酒店
	<b>餐饮</b>	早餐：酒店 中餐：风味餐 晚餐：藏王土司宴		

### 丽江-长江第一湾-普达措国家公园-土司盛宴

早餐后，乘车前往消失的地平线香格里拉【**香格里拉**】。沿滇藏公路一直前行，抵达【**长江第一湾**】，停车拍照 10 分钟，到达香格里拉,午餐后到达中国大陆第一个国家公园，国家 5A 级旅游景区【**普达措国家公园**】（由牧场而得名的一个高原构造湖，风景秀丽。雪山、湿地、森林、湖泊构成一幅天然的画卷.这里是一个无任何污染的童话世界，鸟语花香，水清天蓝，风景绝美。普达措也是摄影爱好者的天堂，一年四季景色各不相同。春天有百花盛开的高山草甸，夏天是满山碧绿的美景，秋天有色彩斑斓的层层密林，冬天可欣赏一片雪白下的碧蓝湖波。

晚上我们将去参加藏民家访，享用香格里拉最隆重的贵宾盛宴——价值 280 元/位的【**藏王土司宴**】（温馨提示：游览时间约 80 分钟，品藏家牦牛小火锅，牦牛肉，青稞面，酥油茶，等 20 多种菜品，观看特色民族风情

晚会,边吃边欣赏, 菜品无限加! ) 然后入住酒店, 休息。



藏民家访

<b>D7</b>	<b>交通</b>	香格里拉  丽江	<b>住宿</b>	丽江准五星酒店
	<b>餐饮</b>	早餐: 酒店    中餐: 风味餐    晚餐: 无		

**香格里拉-独克宗古城—香巴拉坛城 - 丽江—住丽江**

早餐后, 观【**香巴拉坛城**】它按照天圆地方的理念设计, 有着藏传佛教的内涵和民族文化的渗透, 可一览藏地瑰宝、多彩香巴拉、雪域印象、香格里拉等民族风情, 分别从自然风光到人文生活、历史溯源到宗教艺术, 以不同的视角展现多样的藏族文化, 参观结束后, 前往【**独克宗古城**】独克宗古城是中国保存得最好、最大的藏民居群, 而且是茶马古道的枢纽。是一座具有 1300 多年历史的古城, 曾是雪域藏乡和滇域民族文化交流的窗口, 川藏滇地区经济贸易的纽带。中餐后乘车返回丽江, 入住酒店休息。



<b>D8</b>	<b>交通</b>	丽江  三义机场  贵阳	<b>住宿</b>	温馨的家
	<b>餐饮</b>	早餐: 酒店		

**丽江 三义机场 贵阳。航班参考出团通知。**

根据返程时间送机返回温暖家园。

温馨提示:

- 1.退房、返程前请仔细整理好自己的行李物品, 请不要有所遗漏, 增加您不必要的麻烦。
- 2.感谢各位贵宾对我们工作的支持和理解, 针对我们的精心安排和导游服务工作中的不足, 请留下您的宝贵意见。

我们希望有机会再次为您服务, 如果您对这次云南之行感到满意, 请不要吝啬介绍给您的亲朋好友, 谢谢!

3.各时间段请根据约定时间集合



- 1、住宿标准;  
丽江安排准五星 A 类酒店/民居五星,  
大理安排准五酒店  
泸沽湖安排别致酒店,  
香格里拉安排准五酒店;

<p><b>接待标准</b></p>	<p>2、用餐标准：7 早餐 9 正餐。餐标 30 元/人；早餐均为酒店自助餐；</p> <p>3、用车标准：使用车辆为正规、合法旅游运营资质空调车辆；</p> <p>4、服务标准：行程中所安排导游为持有国家导游资格证且从业经验丰富的优秀导游；</p> <p>5、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）；</p> <p>6、备注信息：如遇特殊情况，根据行程时间早晚，导游可自行安排参观行程的先后顺序 接待人数不能成车时,司机兼导游；</p>
<p> <b>费用不含</b></p>	<p>1、景区交通：景区电瓶车</p> <p>2、个人餐饮：旅行中未包含的个人用餐费（晚餐、小吃、饮料等），根据个人的消费情况而定</p> <p>3、意外保险：请自行购买旅游意外伤害保险，也可委托报名旅行社购买</p> <p>4、自理项目：个人自理消费项目</p>
<p> <b>酒店安排</b></p>	<p>丽江 段：花筑·藏元酒店，璞缘精舍 花筑·墨潭民宿，子悦精品，书香泊心或同级</p> <p>大理 段：金颐温泉酒店,洱源宾馆或同级</p> <p>泸沽湖段：原色酒店，泸沽林卡 啊塔庄园或同级</p> <p>香格里拉段：扎西得勒，茂源大酒店，云顶金玺，香莱华或同级</p> <p>★以上参考酒店无法接待的情况下，我社可选择其他酒店，但标准不低于上述酒店。</p>
<p><b>温馨提示</b></p>	<p>出团时成人必须携带有效期内身份证原件，16 岁以下儿童必须携带户口本原件，婴儿携带出生证明。超过 16 岁未办理身份证的，请出发前办理二代身份证，凭办理身份证回执单可在机场办理临时身份证明乘机。</p> <p>云南地处高原地区，请注意高原反应，有高血压或心脏病等容易诱发的疾病的游客慎行。高原地区紫外线照射较强，建议您携带好太阳镜、防晒霜、润肤乳、太阳伞、遮阳帽等物品（即使是阴天情况也请您作好防晒准备）还有旅途中很多景点游玩，都是要靠步行完成，准备一双舒适透气的旅游鞋是必要的选择。</p> <p>云南少数民族众多，当地民族饮食独成特色，口味偏重，偏辣和偏酸，素菜讲究原生态的做法，很多蔬菜的做法仅用清水煮后，蘸酱而食，乃当地饮食一大特色。另外当地独特的马帮菜、纳西美食、过桥米线、野生菌火锅，白族美食等，值得大家品尝；当地水土为弱酸性，建议多饮茶水，以中和酸碱。</p> <p>云南地处边陲，个别地区设施与大都市相比存在较大差距，请您谅解并作好心理准备。旅游是一件身心愉悦的体验过程，请您保持快乐的心态，将身心投入美伦美幻的景色和那多彩的民族风情中。</p> <p>云南当地的特产有：翡翠、黄龙玉、乳胶制品、普洱茶等。</p>