

# 风花雪月 Small Time



高性价比  
纯玩



旅拍玩法

每天九宫格照片  
晒爆你的朋友圈



独特旅行

旅游 / 拍照 / 逛吃  
三不误



体验履行

告别观光旅游  
体验玩的乐趣

EXCITING CREATION

# 专属打造

特色体验写满旅行日志，火山/抖音通通征服

★不要不相信自己的眼睛，【理想邦·圣托里尼】阅尽蓝与白的浪漫纯洁



★按耐不住的畅快，梦寐以求的酷炫，大理最美海岸线『洱海生态廊道』旅途会发光



★昆明新晋网红地，【茶马花街】打卡，美食美刻，复古民国风



★缤纷悦动，多彩民族，你没见过的【长街宴】云南人真会玩儿



★一生一次的大理，大理特别升级一晚临海酒店，听风沐海，清新惬意



# HAPPY PARTY

# 快意PARTY

念念不忘的仪式感

★小红书特别企划：露营探险记 2大主题活动：

## 01

拥抱森林秘境 森林BBQ感受露营的快乐!



## 02

止不住的炫酷，解锁网红大片

【天空之境】【网红玻璃球】【花海】  
【网红名宠】让你一次拍个够，炫翻你的朋友圈!



HOT FOOD'S SEARCH

# 美食热搜

不需珍藏，只要品尝



大理砂锅鱼



森林BBQ



撒尼迎宾宴



彝族长街宴



纳西风味餐

COMMA GUIDE

# 安享指南

## HOTEL

安享无忧增添旅途大大的能量

★全程轻奢精品格调酒店/升级一晚大理临海酒店



TRAVEL STANDARD

# 旅行标配

元气满满，不留遗憾

★美得纯净，不可方物，终于等到你~~ 『玉龙雪山/蓝月谷』，不凹造型，缘来只为你



★佛系游昆明，『西山龙门』俯瞰滇池&昆明全景~~



★古城古巷民族风，陪你春暖花开，伴你山清水秀~~ 『丽江/束河/大理』，三座古城一段情



## 【风花雪月】昆大丽版纯玩 10 天

第一天 DAY1	<b>哈尔滨→昆明</b>	
	乘飞机抵达昆明，专业接机团队服务，由商务专车接至我们为您安排的酒店，并办理入住手续。在时间允许的情况下推荐大家自行前往游览位于昆明市中心的昆明地标“陆军讲武堂”，还可以到“南墙市集”美食城品尝云南特色小吃：感受一下特色臭豆腐、来一碗香喷喷的小锅米线、最时鲜的各类果汁，让人眼花缭乱的云南小吃，上百品种供您选择，同时感受“春城”气息！	
	美食安排	今日贵宾抵达航班时间不一，敬请自理
	酒店安排	<b>【欣润酒店或同级】</b> 携程评分 4.5 分，94%用户推荐，坐落于昆明东站，酒店呈简欧式装修风格，因其优越的地理位置，便捷的交通，成为许多人出游的不二选择。
	温馨提示	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 由于昆明机场离市区较远，该旅游产品为全国各地散客拼团，有可能乘坐不同航班抵达昆明，我们需要在昆明机场把来自不同航班的贵宾接入酒店，各个航班到达时间参差不齐，我们会将相邻抵达的客人统一集中接送，旺季可能需要您在机场做片刻的等候。小小不周，敬请谅解！</li><li>2. 当您入住酒店后要注意休息，做好体力储备，尤其是初上高原的贵宾，请注意不要剧烈运动和过量饮酒，今天没有安排团体膳食，各位贵宾可自行品尝云南小吃。</li><li>3. 报名时请留下您旅游期间使用的手机号码，方便我们用短信与您联系，力争您的云南之行一切顺畅。</li></ol>
第二天 DAY2	<b>昆明⇌西山⇌楚雄（160 公里，车程约 2 小时）</b>	
	<b>海埂公园/西山龙门风景区/茶马花街/楚雄长街宴</b> 酒店享用早餐后，乘车赴西山，游览高原明珠 <b>【海埂公园】</b> （游览时间 30 分钟），古人称滇池为“海”，如今，十里长堤绿树成荫，飞驰的快船溅起雪白的浪花，湛蓝的天空，深蓝的大海，碧绿的草地，清新的空气，向人们展示出大海才有的--海滨风情。到这里您能深深感受到什么是“天高云淡，海阔胸宽”。乘车赴西山，游览有“睡美人”之称的 <b>【西山龙门风景区】</b> （游览时间约 90 分钟，景区环保大巴+索道+电瓶车自理 60 元/人），如果说滇池是云南的生命之源，西山当属昆明文曲星所在，二者或遥相呼应，或山水相连，犹如相恋之情侣~西山山巅，峰峦起伏，涧壑流泉，云蒸霞蔚。登龙门，越发感受古人智慧与巧夺天工！ <b>&amp;我的理想是当辆火车，逛吃逛吃逛吃就够了：</b> 我们带您前往昆明新晋网红打卡点 <b>【茶马花街】</b> ，这里美食琳琅，昆明地道的烤豆腐、红糖粑粑，台湾食吧，音乐、咖啡、西餐应有尽有，午饭就交给你自由安排了。 <b>&amp;有生之年，玩乐双全，终不能幸免：</b> 入乡随俗，走进彝人部落，精心策划体验当地风情彝味盛典 <b>【长街宴】</b> ： 活动一：品彝族特色美食味，炊锅浓烈，坨坨肉、荞麦粑粑爽口至极，回味无穷，喝醇香彝族土家酒，一首霸道的敬酒歌尽显彝族人的豪爽，一张张纯朴的笑脸传递彝家儿女火一样的热情。	

	<p>活动二：祭火大典，万人起舞，千人同醉，满场欢歌，宴席过后，熊熊的篝火燃起来，火把亮起来，月琴叮咚弹起来，彝山调子唱起来，彝家的左脚舞跳起来，来一场酣畅淋漓的彝人火把狂欢不夜天！</p> <p>入住楚雄格调风情酒店。</p> <table border="1" data-bbox="193 360 1535 857"> <tr> <td data-bbox="193 360 379 555">美食安排</td> <td data-bbox="379 360 1535 555">           早餐：【酒店自助早餐】            午餐：【自理】            晚餐：【彝族长街宴】         </td> </tr> <tr> <td data-bbox="193 555 379 680">酒店安排</td> <td data-bbox="379 555 1535 680"> <b>【格瑞时代酒店或同级】</b>楚雄金水印象酒店位于楚雄市龙翔街，交通位置十分便捷，酒店客房装修风格典雅温馨，环境舒适，让您在西南边陲的彝族小镇里静享好梦。         </td> </tr> <tr> <td data-bbox="193 680 379 857">温馨提示</td> <td data-bbox="379 680 1535 857">           1. 西山景区游览，请穿着便于行走的鞋子，勿进入警告危险区域，切勿攀爬岩壁。            2. 今天行车时间约为 4 小时，请贵宾保持美好心情，可自备小零食。            3. 今晚给贵宾安排了楚雄彝族长街宴，少数民族地区请尊重当地风俗。         </td> </tr> </table>	美食安排	早餐：【酒店自助早餐】 午餐：【自理】 晚餐：【彝族长街宴】	酒店安排	<b>【格瑞时代酒店或同级】</b> 楚雄金水印象酒店位于楚雄市龙翔街，交通位置十分便捷，酒店客房装修风格典雅温馨，环境舒适，让您在西南边陲的彝族小镇里静享好梦。	温馨提示	1. 西山景区游览，请穿着便于行走的鞋子，勿进入警告危险区域，切勿攀爬岩壁。 2. 今天行车时间约为 4 小时，请贵宾保持美好心情，可自备小零食。 3. 今晚给贵宾安排了楚雄彝族长街宴，少数民族地区请尊重当地风俗。
美食安排	早餐：【酒店自助早餐】 午餐：【自理】 晚餐：【彝族长街宴】						
酒店安排	<b>【格瑞时代酒店或同级】</b> 楚雄金水印象酒店位于楚雄市龙翔街，交通位置十分便捷，酒店客房装修风格典雅温馨，环境舒适，让您在西南边陲的彝族小镇里静享好梦。						
温馨提示	1. 西山景区游览，请穿着便于行走的鞋子，勿进入警告危险区域，切勿攀爬岩壁。 2. 今天行车时间约为 4 小时，请贵宾保持美好心情，可自备小零食。 3. 今晚给贵宾安排了楚雄彝族长街宴，少数民族地区请尊重当地风俗。						
<p><b>第三天</b></p> <p><b>DAY3</b></p>	<p><b>楚雄⇌大理 (200 公里, 车程约 3 小时)</b></p> <p><b>圣托里尼/洱海生态廊道/JEEP 车旅拍/秘境森林营地/森林 BBQ/</b></p> <p>酒店享用早餐后，乘车赴大理。</p> <p><b>&amp;假装在希腊：</b>前往大理最具网络人气打卡地，中国版<b>【圣托里尼-理想邦】</b>，独具希腊风情的旅游小镇，依海而建的一片白色建筑，街道肆意蜿蜒，建筑自然生长，可近距离俯瞰洱海金梭岛，远观苍山，随手一拍都是高级杂志感大片。</p> <p><b>&amp;跑步千米，不如拉风十里：</b>前往<b>【大理洱海生态廊道】</b>（游览时间约 120 分钟），除了诗和远方，有一种生活叫大理，洱海生态廊道有亚洲第一生态廊道之美称，是大理走向世界的名片，漫步于廊道 300 多亩花海之中，远观苍山云起云涌，近览洱海碧波荡漾，让人的心不自觉地慢了下来，走近生态廊道第一 S 湾，海天一色拍照（每组家庭含 3 张电子照片）海水、S 湾、白房子，吹海风，观海鸥，这里是“大理の小镰仓”。<b>【吉普车定点旅拍】</b>（每组家庭含 3 张电子照片），吉普车，天空之镜，玻璃球，天梯，露营天幕，白桌子，各种精美摆拍道具，吉普车合影拍照，狂野与艺术的完美结合。</p> <p><b>&amp;你不是真正的快乐，我是：</b>生活就像从一个牢笼进入另一个牢笼，钢筋水泥的压抑感使我们开始渴望回归自然。旅行，当然需要绽放出自然主义的花朵。我们带您来到苍山脚下<b>【秘境森林营地】</b>，这里的天空蓝得清澈又明丽，朵朵漂移的白云就像一团团棉花糖，在晴朗的天空下，把蓝天和白云揽入怀里，美不胜收。在山海之间闹市之外来一场亲近自然的<b>【森林 BBQ】</b>，圆你的苍山洱海梦。入住大临海民宿酒店。</p> <table border="1" data-bbox="193 1883 1535 2067"> <tr> <td data-bbox="193 1883 379 2067">美食安排</td> <td data-bbox="379 1883 1535 2067">           早餐：【酒店自助早餐】            午餐：【大理砂锅鱼】            晚餐：【房车营地 BBQ】         </td> </tr> </table>	美食安排	早餐：【酒店自助早餐】 午餐：【大理砂锅鱼】 晚餐：【房车营地 BBQ】				
美食安排	早餐：【酒店自助早餐】 午餐：【大理砂锅鱼】 晚餐：【房车营地 BBQ】						



	酒店安排	<p><b>【大理美咖海景客栈或同级】</b>位于大理市下关镇大关邑村，出门往左是小树林湿地公园，出门往右是洱海月湿地公园和国际奥林匹克中心。客栈周围吃饭烧烤都很方便，离洱海不到 200 米的距离，入住酒店可漫步在洱海边，享受清风拂面的清新与惬意。</p>
	温馨提示	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 乘坐吉普车时，请听从工作人员的安排，切勿做危险动作，或将头部、身体伸出车外，以免发生危险，我们的工作人员会安排最漂亮的地点，会给你足够好摄的时间。</li> <li>2. 洱海边游览注意安全哦。</li> </ol>
<p><b>第四天</b> <b>DAY4</b></p>	<p><b>大理 ⇌ 丽江 (200 公里, 车程约 3 小时)</b></p>	
	<p><b>大理古城/玉龙雪山冰川大索道/丽江古城</b></p>	
	<p><b>&amp;我这么有文化的人在大理，古城都变美了：</b>酒店享用早餐后，游览<b>【大理古城】</b>(游览时间 120 分钟)，游走在大理古城的大街小巷里，听风拂过青苔绿瓦，千百年来，这里商贾如织，茶马互市，静静演绎岁月沉淀的韵味。</p>	
	<p><b>&amp;别说你爬过的山，只有早高峰：</b>午餐后，乘车赴丽江，游览纳西族的神山<b>【玉龙雪山】</b>，整个玉龙雪山集亚热带、温带及寒带的各种自然景观于一身，构成独特的“阳春白雪”主体景观。</p>	
	<p><b>乘坐【冰川大索道】</b>从海拔 3000 米的草甸出发，穿越高大挺拔的各种松林杉树，到达海拔 4506 米高的雪山冰川，欣赏大自然恩赐的美景（游览约 90 分钟，不含排队及乘车时间）。</p> <p>（温馨提醒：玉龙雪山海拔较高，可根据自身身体情况向导游购买羽绒服和氧气瓶，如遇大索道配额不足或索道设备维护检修等情况，我们将为您改为线路 A 并现退差价）（游览约 90 分钟，不含排队及乘车时间）。</p> <p>赠送游览高原上璀璨明珠，抖音网红坐标-<b>【蓝月谷】</b>，这颗镶嵌在雪山里的宝石，定会让你惊艳（电瓶车 60 元/人自理）。</p> <p><b>&amp;小红书旅途加分计划：</b></p> <p>可自行选择观看纳西民俗风情秀《印象丽江》或《丽水金沙》或《丽江千古情》（费用自理 280 元-310 元/人）。晚餐在<b>【丽江古城】</b>自行品尝当地风味，入住丽江精品格调酒店。</p>	
美食安排	<p>早餐：<b>【酒店自助早餐】</b></p> <p>午餐：<b>【雪山营养餐包】</b></p> <p>晚餐：<b>【自理】</b></p> <p>推荐美食：丽江粑粑、鸡豆凉粉、纳西烤肉、米灌肠、酥油茶、牦牛干巴</p>	
酒店安排	<p><b>【喜来福酒店或同级】</b>携程 4.4 评分，酒店庭院安静舒适，多处休闲娱乐的场地，服务热情周到、体贴细致，是您休闲度假的不二之选。</p>	
温馨提示	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 游览古城时比较拥挤，游览过程中注意安全，保管好随身财物。</li> <li>2. <b>【丽水金沙】【丽江千古情】【印象丽江】</b>壹生必看演出，体现云南当地演艺秀最高水平，强力推荐！</li> </ol>	

		3. 丽江古城游览时间因人而异，游览结束后需自行回酒店。
<b>第五天</b>  <b>DAY5</b>	<b>丽江一地（汽车返回昆明）</b>	
	<b>束河古镇/拉市海</b>	
	酒店享用早餐后，乘车前往【 <b>束河古镇</b> 】（游览时间约 90 分钟），束河古镇没有丽江古城的繁华，比起丽江古城的拥挤热闹，拥有别样的宁静。这里时光缓慢，漫步在街头，走走停停，那咖啡馆里传来的浓香，那非洲鼓店传出的乐响，在这一刻，你终于回到最初，或许，这便是旅行的意义！	
	乘车前往【 <b>拉市海-茶马古道</b> 】，这里是候鸟基地，也是丽江文化的源头，更是当年茶马古道上的重镇，在这里生活的都是纯朴的纳西民族，您可以感受最纯真的纳西文化，体验马帮历史（骑马费用自理 260 元/人起）。	
	<b>温馨提醒：景区为套票制，不参加自费项目的游客在马场周边的休息区自由活动，景区仅针对参加骑马的客人开放，敬请知晓！</b> 。乘车前往昆明，入住昆明酒店	
美食安排	早餐：【酒店自助早餐】 午餐：【纳西风味餐】 晚餐：【当地风味餐】	
酒店安排	<b>昆明精致格调酒店</b>	
温馨提示	1. 自由活动期间，请注意人身和财产安全。 2. 晚上会有延伸线路导游与您联系通知集合时间及地点，请保持手机畅通。	
<b>第六天</b>  <b>DAY6</b>	<b>昆明 ◀ 景洪 ▶ 原始森林公园 ▶ 野象谷</b>	
	早上乘坐动车前往版纳，抵达后享用午餐； 游览【 <b>原始森林公园</b> 】（约 150 分钟；电瓶车 60 元/人自理）国家 4A 级景区，是国内北回归线以南保存最好的热带沟谷雨林。孔雀依山林而飞，曼舞于湖面之上，优雅踱步而行，仿佛间是我们走进了孔雀的世界。 乘车前往【 <b>野象谷</b> 】（索道自理 70 元/人）在中国要看亚洲野象，必须到西双版纳，到西双版纳看野象，又必须到野象谷。运气好的朋友就可以看到。1996 年对外开放至今，后又建有观象架走廊、树上旅馆、高空索道、步行游道等设施以及人工【 <b>蝴蝶养殖园</b> 】、网笼【 <b>百鸟园</b> 】等，是西双版纳旅游景点的佼佼者。观看妙趣横生的【 <b>大象表演</b> 】节目，这些训练有素的看起来笨拙的庞然大物，能过独木桥、会向游客鞠躬表示欢迎，会作头顶地、脚朝天的倒立，会用象鼻作“踢球”表演，会合着音乐的旋律跳舞。游客可骑在象背上或坐在象鼻上，与大象合影，甚至可躺在地上，让大象用脚给你按摩，它们的灵性乖巧，令你不得不拍案叫绝。 晚餐享用当地风味餐	
美食安排	早餐：【酒店自助早餐】 午餐：【当地风味餐】 晚餐：【傣族风味餐】	

	酒店安排	<b>酒店：版纳精致格调酒店</b>
	温馨提示	<p>1.版纳的气温比昆明高 3 - 5 度，请注意气候变化，防止感冒，准备一些个人用的常用药品，以备不时之需。</p> <p>2.版纳旅游景区一般都比较大，走路的时间较长，景区都备有电瓶车让您选择，您可根据路程远近选择乘坐，乘坐时，请注意安全，不要拥挤，以免发生意外。</p> <p>3.我的时间我做主，可以完全按喜好来选择是否参加晚上活动，为您的旅途加分！自费观赏大型傣族歌舞演出《篝火晚会》或《澜沧江游船》或《勐巴娜西歌舞秀》(280 元/人)。</p>
<b>第七天 DAY7</b>	<b>西双版纳 ⇌ 昆明</b>	
	酒店享用早餐后，酒店享用早餐后，乘车前往【 <b>傣族村寨</b> 】(约 120 分钟)“月光啊下面的凤尾竹哟，轻柔啊美丽像绿色的雾哟，竹楼里的好姑娘，光彩夺目像夜明珠听啊”傣家吊脚竹楼，带给您别样的感受。集傣家小竹楼景观与民族手工品展示为一体，了解傣族的风土人情。	
	美食安排	<p>早餐：【酒店自助早餐】</p> <p>午餐：【当地风味餐】</p> <p>晚餐：【自理】</p>
	酒店安排	<b>版纳精致格调酒店</b>
<b>第八天 DAY8</b>	<b>西双版纳 ⇌ 昆明</b>	
	晚根据高铁时间乘晚高铁昆明，入住酒店。	
	美食安排	<p>早餐：【酒店自助早餐】</p> <p>午餐：【自理】</p> <p>晚餐：【自理】</p>
	酒店安排	<b>昆明精致格调酒店</b>
<b>第九天 DAY9</b>	<b>昆明</b>	
	早餐后，乘车至【 <b>游客集散中心</b> 】。后自由活动	
	美食安排	<p>早餐：【酒店自助早餐】</p> <p>午餐：【自理】</p> <p>晚餐：【自理】</p>
	酒店安排	<b>昆明精致格调酒店</b>
	温馨提示	1.今日将乘晚动车往昆明，贵宾们早餐后请整理好行李，认真仔细检查自己的物品，不要遗忘在版纳，避免造成不必要的损失。

		2.西双版纳返昆动车时间通常较长晚，有动车抵达后请保持电话畅通，以便我们顺利地接到您。
第十天 DAY10	<b>送机→哈尔滨</b>	
	根据航班时间送机，结束彩云之南的愉快之旅!	
	美食安排	早餐：【酒店自助早餐】 午餐：【自理】 晚餐：【自理】
	酒店安排	<b>温暖的家</b>
	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. 正常返程的贵宾，返程前我们会安排车辆送您去旅游集散综合市场，自由活动，请与导游联系核对好送机时间，以便我们能顺利将您送至机场。 3. 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；感谢各位贵宾对我们工作的支持和理解，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!
接待标准	1. 住宿：全程轻奢精品格调酒店+升级一晚大理临海酒店； 2. 交通：全程四年内空调旅游车，按实际人数选择车型，（因团为散客拼团，到达航班较多，故在昆明（D1接机/D6送机）我社单独安排车辆接送，无导游）； 3. 餐饮：正餐十菜一汤（含特色餐）十人一桌，共9早8正，正餐40元/人/餐，人数减少菜数酌减。早餐（房费含早，不吃不退早餐，若小孩不占床，则须补早餐费，按入住酒店收费规定，由家长现付） 4. 门票：景点第一大门票。（部分景点正常游览方式为步行而无需乘坐交通工具游览的不含）； 5. 导游：昆明省陪全程陪同（不含接送）丽江当地地陪服务； 6. 保险：云南旅游安全组合保险。 7. <b>延伸段香/泸/版的餐食及住宿由于地域限制均会低于昆大丽段标准，敬请谅解。</b>	
参考酒店	昆明酒店：呈实之光、维也纳、龙润酒店、龙腾酒店、欣润、龙吉、友华之星、宜必思，金悦酒店 楚雄酒店：印象酒店、彝都酒店、金水印象酒店、世纪星、艾菲特酒店、玉波酒店、信华酒店 大理海景民宿酒店：美咖酒店、云裳酒店、喜度客栈、罗蓝滨岸酒店、美丽之冠酒店、聆心畔海酒店、走走停停海景客栈、起点海景客栈、柳暗花鸣海景客栈、风吹麦浪、湖居岁月 听涛雅苑 文悦东方酒店 栖遇酒店 观沧海酒店 丽江酒店：喜来福酒店、云庭城市酒店、吉福特酒店、吉钰酒店、琦萍酒店、柏菲酒店、华府精品酒店 版纳精品格调酒店：滨港国际大酒店、腾云大酒店、泰谷国际酒店、景兰会展大酒店、椰林酒店、浩宇东方	

	<p>酒店、航空观光大酒店、金顿避寒度假酒店、华美达酒店或同级 (早机回程备选昆明机场酒店：鸿都酒店、城市便捷酒店、宜尚酒店、) ★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>费用不含</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 客人自选个人消费项目；</li> <li>2. 单房差或加床；</li> <li>3. 酒店入住的匙牌押金；</li> <li>4. 景区内电瓶车、滑道车属景区内另行付费的小交通项目，属于客人自愿消费，不购买的客人须步行。</li> <li>5. 自由活动期间的餐食费和交通费；</li> <li>6. 因交通延误、取消等意外事件或战争、罢工、自然灾害等不可抗力导致的额外费用；</li> <li>7. 个人费用、包括：酒店内电话、传真、洗熨、收费电视、饮料等费用；洗衣，理发，电话，饮料，烟酒，付费电视，行李搬运等私人费用；签证相关的例如未成年人公证，认证等相关费用；</li> <li>8. 行李物品托管或超重费；</li> <li>9. 旅游意外险：旅游意外伤害保险及航空意外险（建议旅游者购买）；</li> <li>10. 因旅游者违约、自身过错、自身疾病导致的人身财产损失而额外支付的费用；</li> <li>11. “旅游费用包含”内容以外的所有费用。</li> </ol>
<p><b>温馨提示</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、云南地处云贵高原，每天昼夜温差较大（12—15 摄氏度），请出团前了解当地天气情况，注意着装注意当地天气预报，请带足保暖防寒衣物，云南日照强，紫外线强。长时间在户外活动，请戴上太阳帽，太阳镜，涂抹防晒霜，以保护皮肤，天气变化多端，请携带雨具。</li> <li>2、云南山高坡大，对限速有严格规定，行程地海拔较高，空气含氧量低，故上坡时旅游车速有时仅 20—30 码，还望谅解。</li> <li>3、云南属少数民族地区，请尊重当地少数民族的宗教及生活习俗。</li> <li>4、云南地区经济发展相对落后，同星级宾馆酒店规模设施落后江浙地区，一些新建的且设施较好的酒店一般位于市区周边，离市区的车程在 20-30 分左右（特殊原因除外），因云南气候的特殊性，冬季酒店空调定时开放或不开。如需额外安排多的被褥，电热毯等，请向酒店工作人员索取。</li> <li>5、云南海拔较高，注意休息，以防出现高山反应；有心脏病，高血压等病的人群慎行，请准备一些个人常用药品，以备不时之需。</li> <li>6、云南是个多民族的省份，当地以酸辣口味为主、凉菜居多；旅游的团队餐一般是 10 人一桌，云南饮食和其他省份有较大差异，可能不合您的口味，请作好心理准备；当地水土为弱酸性，建议多饮茶水。</li> <li>7、出团时游客必须携带有效身份证件，16 岁以下人群需携带户口本原件或有效户籍证明，婴儿携带出生证明。</li> </ol>

8、商品、当地土特产时，注意不要随意去动摆设的样品，以防意外损坏；古城内商家时有假货出售，选购时请小心。

9、出行必备：雨衣或雨伞、运动鞋、感冒药、肠胃药、防虫膏药、防晒油、太阳帽、太阳镜等。