

亲子游

15人精致小团

想象派

直飞西双版纳5天4晚 尊享之旅



一价全含

高端纯玩

一车一导



行程速览

追随心灵的脚步 探寻未知的美好

In this mysterious and vibrant land, Xishuangbanna awaits the arrival of every traveler with its unique charm

Day1

版纳接机 — 入住酒店

餐：无安排

住：西双版纳酒店

Day2

西双版纳唯一5A景区 中科院热带植物园 — 曼听公园 — 入住酒店

餐：早餐 / 雨林大象餐

住：西双版纳酒店

Day3

大象互动 采茶体验 制陶、摸鱼、造纸 昆虫科普
野象谷 — 万亩茶园 — 曼掌村 — 昆虫探秘馆

餐：早餐 / 中餐 / 孔雀宴

住：西双版纳酒店

Day4

傣家传承与文化 泼水活动 景洪盛景
傣族村寨 — 勐泐大佛寺 — 告庄星光夜市
(特别安排旅拍) — 入住酒店

餐：早餐 / 中餐

住：西双版纳酒店

Day5

可自行游览 — 根据航班时间送机

餐：早餐

精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



中科院热带植物园

在西双版纳唯一AAAAA级景区,近距离观察世界上最奇特的热带植物群落。这里不仅是一处科研圣地,更是人们远离喧嚣、回归自然的心灵港湾。



精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



曼听公园

拥有1300多年历史的古傣王御花园，金碧辉煌的傣族建筑在热带雨林的映衬下更显庄重与典雅。漫步其中，感受浓郁的傣族文化气息，聆听千年古树下的悠悠往事。



精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



野象谷

在“人与亚洲象沟通的桥梁”学习大象知识，遇见各种神奇动物，探寻野象的足迹。行走于高空步道，看见自然最真实的一面，聆听大自然最原始的声音。



精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



万亩茶园

在这片广袤无垠的绿色海洋之中，每一口呼吸都弥漫着清新的茶香。学习采茶制茶工艺，沉浸体会茶文化的内涵。



精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



曼掌村

学习傣族传统工艺，体验昆虫探秘，共享曼掌村孔雀宴。体验穿越时光的傣乡风情，千年古村的宁静与美好。



精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



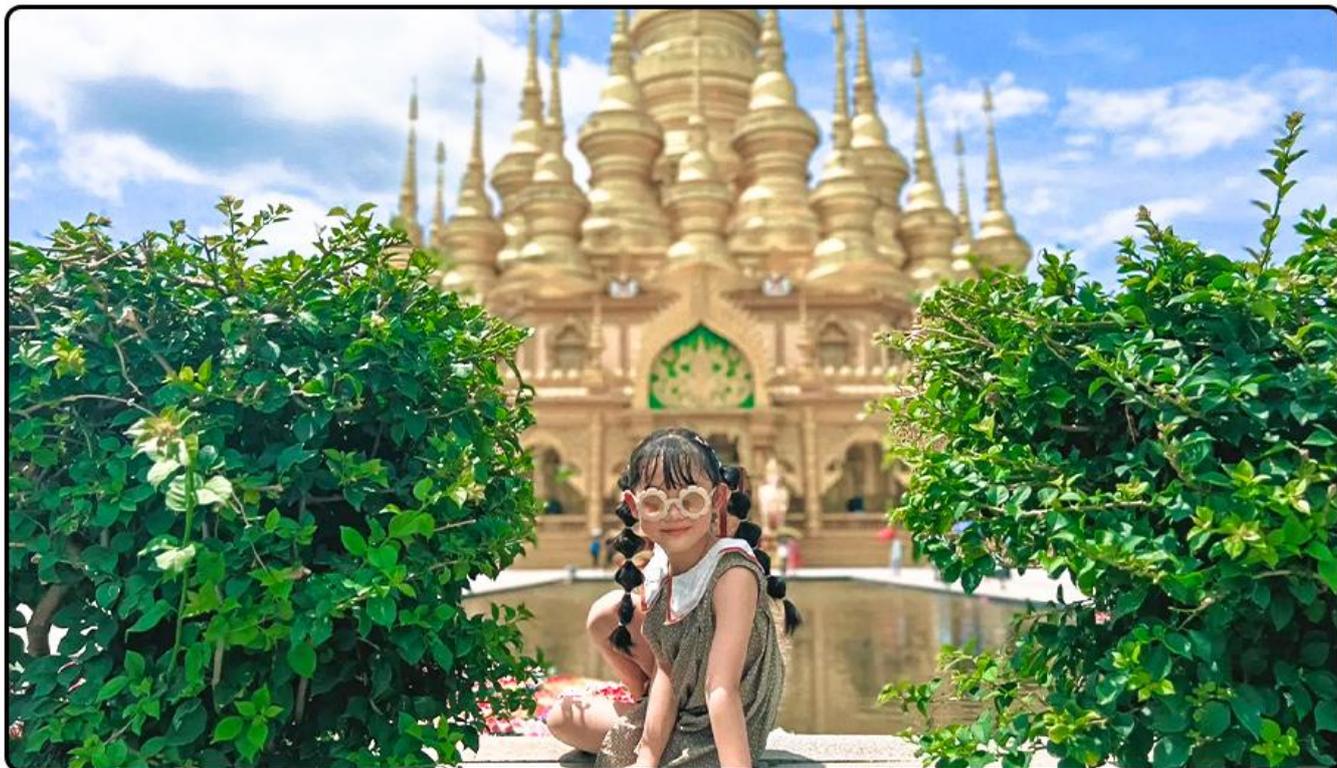
傣族村寨

郁郁葱葱的热带植被、清澈见底的小溪，以及别具一格的傣族竹楼。漫步其间，感受到自然之美，领略傣族文化的深厚底蕴。



精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



勐泐大佛寺

在古代傣王朝的皇家寺院“景飘佛寺”的原址上依山而建。层层递进的殿堂和塔楼，精雕细琢的建筑，这座历史悠久的寺庙见证了傣族人民对佛教的虔诚信仰。



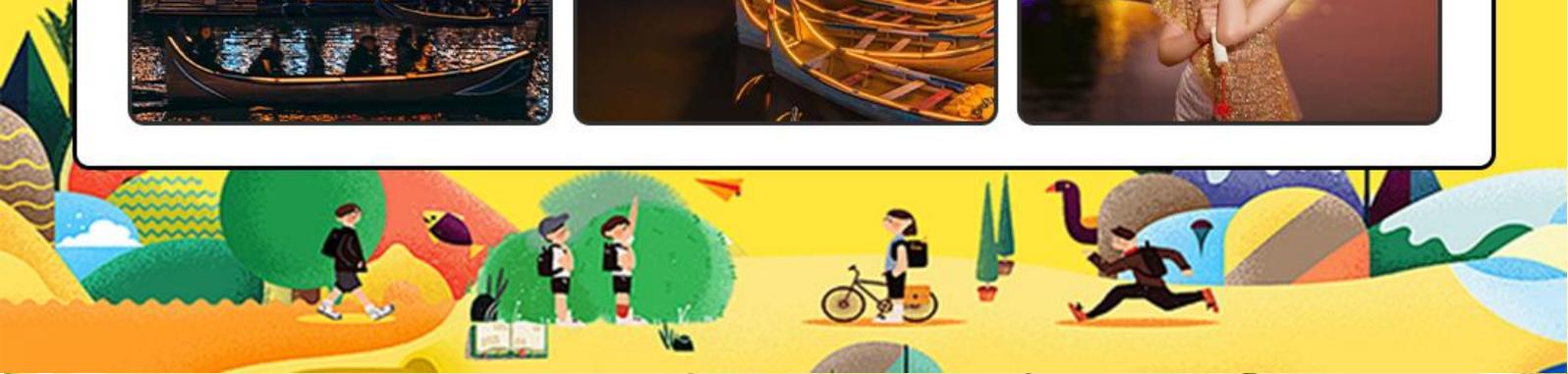
精致行程

开启未知大门 走进奇幻之旅



告庄星光夜市

金塔在灯光的映照下熠熠生辉，水上市场热闹非凡，各式各样的摊位售卖着充满异国情调的商品。六国风情交融之处，仿佛置身于一场永不落幕的节日庆典之中。



趣版纳·过夏天

特别安排100元/人童趣版纳+传统技艺学习大礼包



学习傣语刻写贝叶经



传统手工造纸作画



趣版纳·过夏天

特别安排100元/人童趣版纳+传统技艺学习大礼包



慢轮制陶



下河摸鱼



昆虫探秘

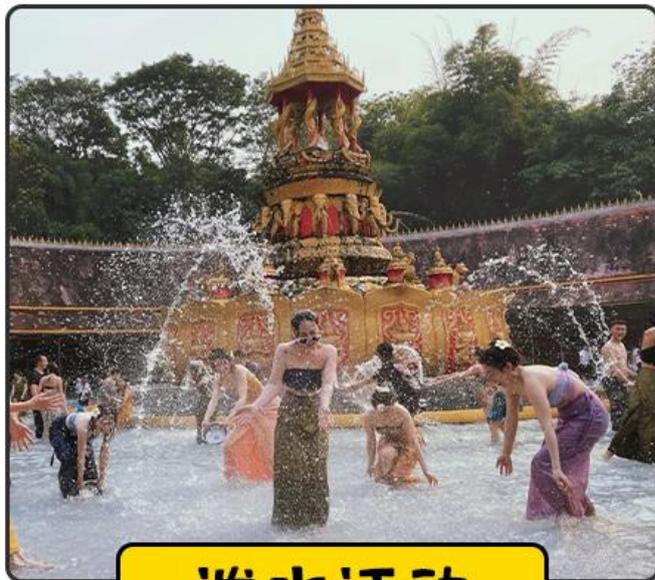


趣版纳·过夏天

精心编排 留下美好旅行回忆



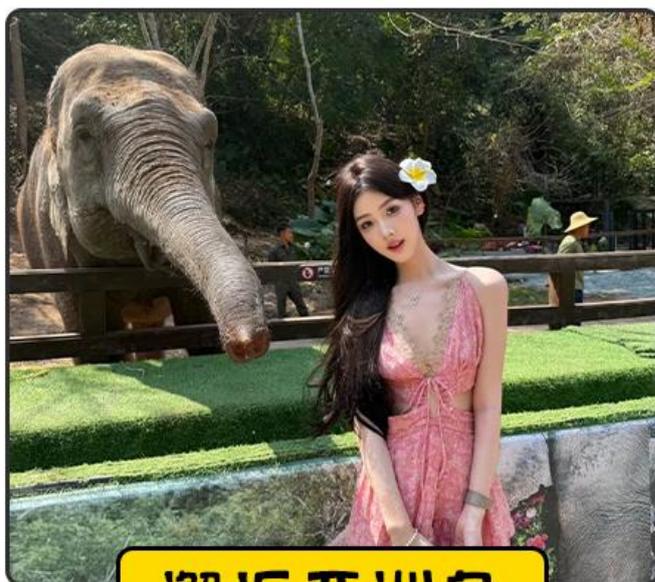
赠送告庄旅拍



泼水活动



孔雀放飞

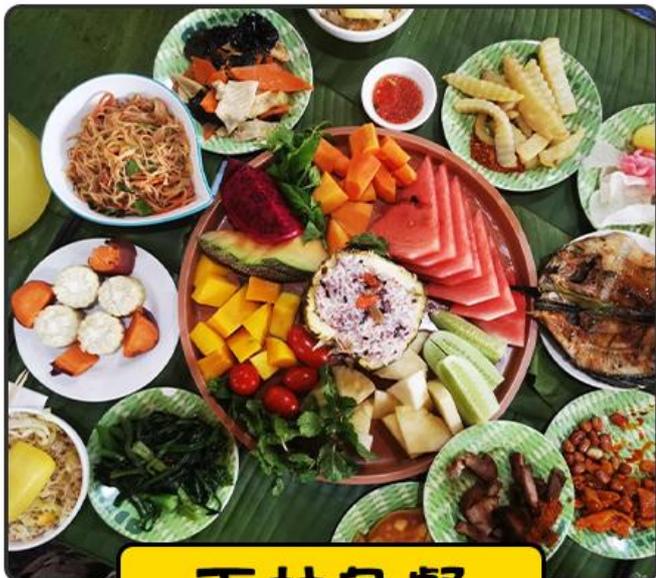


邂逅亚洲象

赠送景区小交通、旅途中过生日的游客可精心安排生日蛋糕

邂逅美味

品味穿越千年的地道傣乡味道



雨林象餐



傣族孔雀宴



烤鸡

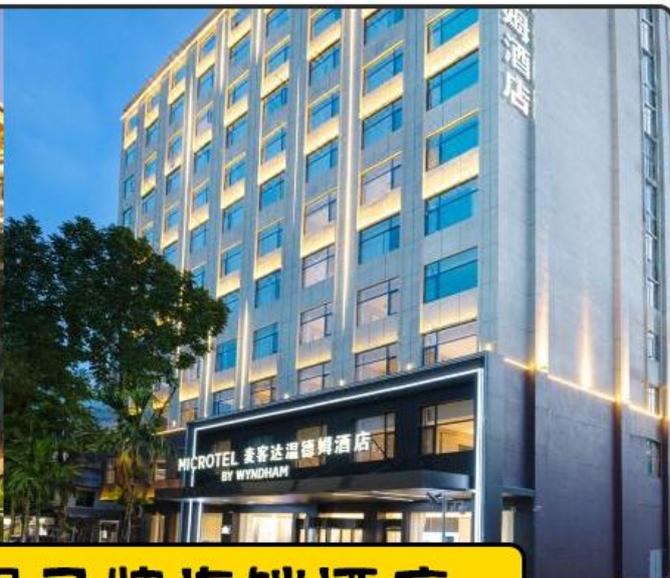


干巴

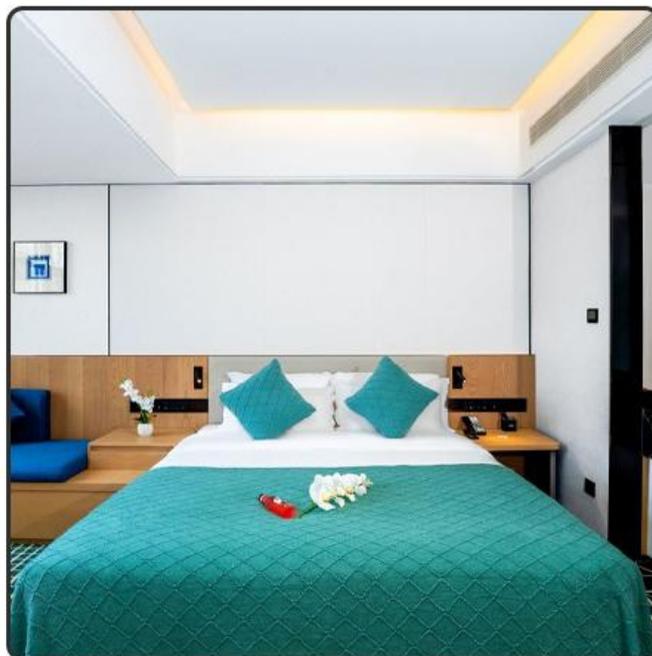
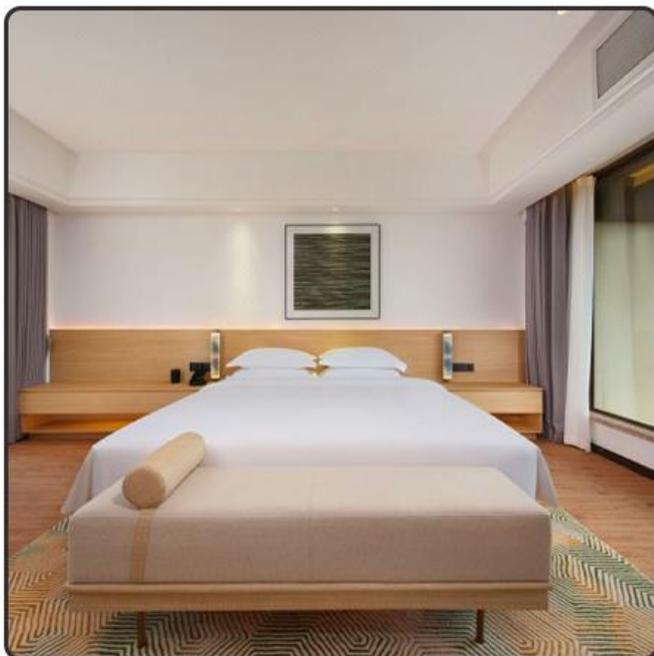


居然 居然

旅途同享温馨港湾



4晚版纳温德姆品牌连锁酒店



想象派

【直飞版纳 5 天 4 晚纯享之旅】

全程入住温德姆品牌连锁酒店、含小交通、赠送告庄旅拍 2-15 人精致小团

“在越发忙碌的时代，我们渐渐的忽视自己的身体、心灵和幸福，在无休止的奔忙中都走散了，健康的生活成了一件最简单却又困难的事情，如果可以，请停下脚步，带上您的家人、孩子、朋友出来走走看看，看世界看自己，享受静谧雨林、感受版纳热情、参加一场只属于你的了解西双版纳文化和享受自然的纯享之旅。”

“想去版纳过向往生活给您派送快乐”

1、礼遇无微

- ◎ 24 小时管家服务。
 - ◎ 全程金牌导游相伴。
 - ◎ 专业接送机，随到随走；
 - ◎ 确保一人一正座；
 - ◎ 每人每天 1 瓶矿泉水；
 - ◎ 15 人精致小团 (15 人不含儿童)
- 细节服务，留下美好旅行记忆。

2、食光知味

雨林象餐、傣族孔雀宴/村长家宴，烤鸡、干巴等菜品丰盛，品味穿越千年的地道傣乡味道。

3、居宿雅然

4 晚版纳温德姆品牌连锁酒店（全年保证 4 晚温德姆酒店），旅途同享温馨港湾。

4、倾心赠予

▶ 特别安排 100 元/人童趣版纳+传统技艺学习大礼包：

（曼掌村此项目成人儿童均赠送，儿童不需要额外付钱了哟~）

- ◎ 二贝叶课堂学习傣语刻写贝叶项目
- ◎ 传统手工造纸作画项目
- ◎ 慢轮制陶项目
- ◎ 摸鱼体验（进入雨季摸鱼项目影响，下雨天不可以摸鱼此项目取消，无特殊情况均可正常安排）
- ◎ 昆虫探秘等项目

▶ 赠送 5A 景区中科院热带植物园电瓶车 50 元/人、勐泐大佛寺电瓶车 40 元/人。

▶ 赠送价值 199 元/人的告庄旅拍，拍一组傣族特色美照，留下难忘的瞬间（传统傣装拍照，含 10 张底片，4 张精修）

（备注：所有赠送项目如遇特殊情况不能参观或客人自愿放弃等费用不退）

5、别样安排

- ▶ 在野象谷观看【大象自然展示】，亲密接触大象，感受人与自然和谐共生的生命意义。
 - ▶ 参加【傣族特色泼水活动】、写下美好心愿。观看千百只【孔雀放飞】的壮丽场景、让心灵一起启航。
- 还有【镜台玻璃栈道】等妙趣横生的项目安排等您体验。
- ▶ 学刻写贝叶经、慢轮制陶、手工造纸作画等传统傣家技艺。
 - ▶ 特别安排【摸鱼体验】在小河里抓鱼，别有一番乐趣，久在樊笼里，复得返自然。
 - ▶ 特别安排【昆虫馆探秘】昆虫活体参观，鼓励孩子发现，观察，主动探索，直观的了解昆虫的生物特性，部分昆虫可上手互动；云南昆虫标本科普学习。
 - ▶ 中科院热带植物园探秘国家级自然保护区植物，【亲近大自然】。
 - ▶ 旅途中过生日的游客可精心安排生日蛋糕，希望游客在美好的旅途过度过一个难忘的生日。（根据身份证日期，需提前备注）

（备注：所有赠送项目如遇特殊情况不能参观或客人自愿放弃等费用不退）

6、青山韵水：

- ◎【中科院热带植物园】 版纳唯一 5A 景区，国家级自然保护区的森林精气将植物园塑造成纯天然氧吧。
- ◎【野象谷】 俯瞰起伏连绵的热带雨林，大象自然展示，偶遇亚洲象，见证自然生命奇迹。
- ◎【勐泐大佛寺】 见证傣族虔诚信仰，感受穿越时空的辉煌。体验泼水活动，观看孔雀放飞。
- ◎【曼听公园】 西双版纳傣王的御花园，传说傣王妃来游玩时，这里的美丽景色吸引了王妃的灵魂。
- ◎【傣族村寨】 每一砖一瓦都诉说着傣家人的千年故事，踏上穿越时空之旅，体会历史的温度。
- ◎【万亩茶园】 学习采茶制茶过程，随着古老的茶香，体验一场不同寻常的文化之旅。
- ◎【告庄星光夜市】 在灯火与星光交相辉映下，人声鼎沸里，沉醉在六国文化交融之中。

精选最值得体验的版纳风光旖旎之地。探秘雨林绿洲，邂逅傣乡风情，打造自然与文化交织的美好旅途。

7、行程简介：

- D1 版纳接机-----入住酒店 住：版纳
- D2 中科院热带植物园---曼听公园----入住酒店 住：版纳
- D3 野象谷---万亩茶园----曼掌村---昆虫探秘馆---入住酒店 住：版纳
- D4 傣族村寨----勐泐大佛寺---告庄星光夜市（特别安排旅拍）--入住酒店 住：版纳
- D5 可自行游览---根据航班时间送机

行程安排

<h1 style="font-size: 2em;">01</h1> <h2 style="font-size: 1.5em;">版纳</h2> <p>今日无餐饮安排</p>	交通→/✈	起始地乘机→飞版纳嘎洒机场→入住酒店
	今日由接机组接机，接送至酒店，安排入住，入住后游客可自行游览景洪市区，品尝街头美食。	
温馨提示	<ol style="list-style-type: none"> 1、请旅客留下旅游期间使用的联系方式，方便导游与您联络； 2、云南属高原地区，日温差较大，请旅客做好添减衣物的准备，并尽量避免剧烈运动； 3、为避免出现饮食问题，请旅客在自行选择品尝食物时，选择正规的餐饮场所。 	

<p>02 版纳</p> <p>今日餐饮安排： 早餐/中餐</p>	<p>交通 🚗</p>	<p>中科院热带植物园→曼听公园 →入住酒店</p> <p>早餐后前往深度探秘西双版纳唯一 AAAAA 级景区，全球最大的“热带植物基因库”及热带植物园——【中国科学院西双版纳热带植物园】（含景区电瓶车 50 元/人），如果说云南是“动植物王国”，中国科学院西双版纳热带植物园就是植物王国凤冠霞帔上最璀璨的绿宝石。纯美多姿的热带植物及自然风光，周围万亩国家级自然保护区的森林精气将植物园塑造成纯天然氧吧；年均温 21.5℃，使这里成为理想的避寒胜地；长达半年的雾凉季里乳汁般的薄雾让人感觉置身天堂；森林石林复合的奇观使人对大自然的鬼斧神工叹为观止。罗梭江穿境而过，如玉带、如彩绸；昆曼国际大通道将植物园纳入了大湄公河次区域黄金旅游圈；贝叶文化博大精深、“香发公主”传说亦幻亦真……给人一种返璞归真、人与自然和谐相处的轻松与愉快，充分感受边陲“世外桃源”的情趣。广袤的雨林，错综复杂的雨林生物绞杀，梦幻的大叶榕树尽在眼底，登顶东区雨林制高点，众览雨林在罗梭江的环绕之下形成一个聚财纳气的宝葫芦。</p> <p>午餐之后参观前往享誉东南亚的南传佛教标志建筑【曼听御花园】（此景区步行游览）保存有 500 多株古铁刀木林及植被，园内有山丘和河道，又有民族特色浓郁的人文景观，是个天然的村寨式公园，以前是傣王御花园，已有 1300 多年的历史。曼听公园是西双版纳最古老的公园，傣族习惯把她叫做“春欢”，意为“灵魂之园”，过去是西双版纳傣王的御花园，传说傣王妃来游玩时，这里的美丽景色吸引了王妃的灵魂，因而得名。公园占地面积 400 亩，主入口区位于公园南面，园内划分为民族文化广场、民族歌舞表演场、动物观赏区、放生湖、佛教文化区、植树纪念区、傣族文化茶园区等七个区域。民族文化广场的中部是周恩来总理一九六一年在我公园参加泼水节的纪念铜像。游客在这里可以观看傣族优美的歌舞，参加各种原汁原味的傣族民间活动。</p> <p>晚上您可以自费参加（傣秀 280 元/人、快艇 280 元/人等）等版纳特色演出和不一样的体验澜沧江快艇一江连六国，风情尽享。人在艇上，艇在浪上，鱼跃在身旁，尖叫声飘扬在六国江面上。岸上热带雨林，藤缠雾绕。头上蓝天白云，艳阳高照。身边浪起鱼跃，白鹭飞翔。水的柔情，浪的刺激，艇的飞跃，潇洒浪漫尽在碧波白浪澜沧江！不乘快艇不知澜湄六国风光，等于没到过湄公河澜沧江。一次航程，一生回味，湄公河快艇欢迎您！</p> <p>【傣秀】斥资超 20 亿，占地 3.64 公顷，剧院座落于云南省西双版纳州景洪市西北部，由国际顶级艺术大师马克·费舍先生亲自担当设计，采用双层折叠式圆顶设计，将版纳本土“草编斗笠”和现代科技相结合，是中国唯一一座将傣族文化与高科技完美结合的艺术堡垒。</p> <p>备注：若特殊情况酒店满房的情况旅行社会安排换其他备选酒店</p>
	<p>温馨提示</p>	<p>1、今天的车程较长，比较辛苦，请贵宾配合导游工作，保持良好心情。</p> <p>2、储备好体力，做好紫外线防护，请自备零食及抗高原反应物品，保管好自己的随身财物。</p>
<p>交通 🚗</p>	<p>野象谷→万亩茶园→曼掌村→入住酒店</p>	

03

版纳

餐饮安排：

早餐/午餐/晚餐

早餐后乘车前往西双版纳【野象谷】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。野象谷是中国野生亚洲象保护地，是一个能够近距离安全观测到亚洲野象的地方，被誉为“人与亚洲象沟通的桥梁”。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【蝴蝶养殖园】、网笼【百鸟园】等。观看【大象表演】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，会合着音乐跳舞。

中餐品尝特色【雨林象餐】。

之后前往【万亩茶园】小憩整个景区为森林环抱式，亲近大自然，感受天然氧吧带来的超强负离子，这里您可以大口畅快的呼吸，您还可以摘一片原生态茶叶放在嘴里慢慢嚼细细品味茶叶最原始的味道。品地道云南普洱茶，欣赏了解普洱茶的冲泡及做工工艺。

之后前往网红景点《爸爸去哪儿》拍摄地/热门综艺《旅行任意门》打卡地——【曼掌村】一座历史悠久，民族风情浓厚且保存完整的傣族古村落，古朴的村落街景与勤劳纯洁的傣族姑娘互相映衬，丰富的传统文化，独具特色的民风、民俗以及神秘的中华民族边境文化，吸引着无数的中外游客为之瞩目，亦是众多文人骚客和文艺青年学习、探索和旅游休闲的绝佳胜地体验里面可以

特别安排一：【二贝叶课堂学习傣语刻写贝叶】项目体验

特别安排二：【传统手工造纸作画】项目体验

特别安排三：版纳传统技艺体验【慢轮制陶】项目体验

特别安排四：【童趣摸鱼】（进入雨季摸鱼项目影响，下雨天不可以摸鱼此项目取消，无特殊情况均可正常安排）摸鱼注意事项·安全第一：儿童必须在大人陪同下摸鱼，家长要全程监护，防止溺水事故。·听从指挥：严格遵守现场引导员的指示，不在捞鱼区内打闹，不跨越捞鱼区范围。·保管好财物：提前将手机、手表等贵重物品妥善保管，避免掉入水中造成损失。

特别安排五：【昆虫馆探秘】昆虫活体参观，鼓励孩子发现，观察，主动探索，直观的了解昆虫的生物特性，部分昆虫可上手互动。云南昆虫标本科普：1、昆虫生活史（螳螂的一生、破茧成蛾、独角仙变形记等）2、昆虫智慧类（伪装大师—竹节虫、螳螂类、叶脩等）3、昆虫行为类4、西双版纳昆虫多样性标本展示5、昆虫与少数民族文化区等

晚上来到村长家一起欢乐蹦傣迪，一起把酒言欢，举行欢迎仪式来品尝真正的傣家味道【村长家宴（孔雀宴）】。

之后乘车入住版纳酒店。

备注：若特殊情况酒店满房的情况旅行社会安排换其他备选酒店

温馨提示

- 1、西双版纳地处亚热带，气候比较闷热潮湿，多雨，请注意携带雨具；
- 2、云南是一个少数民族聚居的地区，所以尊重地方的民族习惯是我们必须要做到的。因此要求您在云南旅游途中一定要认真听从导游的讲解，不但能够让您了解到和少数民族交流的注意事项，而且对于增长您的知识也是一个很大的乐趣

04

版纳

交通

景洪→傣族村寨→勐泐大佛寺→告庄星光夜市（赠旅拍）→版纳酒店

早餐后参观【傣家村寨】了解一代傣王带领傣族寨子致富：“吃水不忘挖井人，致富不忘共产党”，走村串寨，进入傣族家里听听傣族的故事，生活习惯。漫步寨中，遍地花木扶

<p>今日餐饮安排： 早餐/午餐</p>	<p>疏，青葱蓊郁的宽叶芭蕉，绿树环抱的傣家竹楼与田园交错，虔诚供奉的佛寺在晨光中熠熠生辉。您将在这里了解到傣家银器及传承文化。</p> <p>中餐后之后参观前往享誉东南亚的南传佛教标志建筑【勐泐大佛寺】（含景区电瓶车 40 元/人）这里佛像高 49 米，站在佛脚可以将整个景洪城尽收眼底，参加泼水活动，感受傣族节日的狂欢。还可以观看千百只孔雀放飞的盛况，镜台玻璃栈道打卡是拍一组美照，留下异域风情纪念。</p> <p>随后前往【告庄西双景】为傣语，汉意为“九塔十二寨”，旨在重现古时景洪盛景，打造一个繁华昌盛的“景洪 城中之城”。根植于西双版纳傣族文化，融合大金三角、湄公河流域傣泰文化精华，引进现代前沿思想，缔造前所未有的大金三角傣泰文明之心。【大金塔】高度是 66.6 米，寓意一江连六国，又被称为缅甸大金塔，是告庄西双景的九塔之一。大金塔本身是以塔林的方式建造的，在主塔旁边有 4 座小的实心佛塔。在这 4 座小的佛塔四周，四周都有一人面灵兽。四个门中间还供奉了不大相同的人物，每尊神前都会设蒲团，供给供奉者。【精心给您安排价值 199 元/人告庄旅拍，含服装（传统傣装）、含化妆、含 10 张底片，精修 4 张】（未产生费用不退）。</p> <p>【星光夜市】夜市有很多版纳特色美食直到深夜食客还是摩肩接踵络绎不绝，凌晨两三点都不一定打得了烺收得了摊。【六国水上市场】是国内首例唯一一个具有东南亚风情的水上市场，让中国人不出国门，也能在告庄体验到真正的六国风情。晚上导游会统一时间回酒店，如游客想自行游览时间长，后自行返回酒店，之后入住酒店休息。</p>						
<p>温馨提示</p>	<p>1、入住酒店后，如需自由出行游览夜景，请到酒店前台领取名片，方便您游览后返回酒店。</p>						
<p>05 版纳 今日餐饮安排： 早餐</p>	<table border="1" data-bbox="304 1216 1511 1272"> <tr> <td data-bbox="304 1216 539 1272">交通 🚗/➔</td> <td data-bbox="539 1216 1511 1272">自然醒 ➔ 温馨的家、结束愉快的旅行！</td> </tr> </table> <p>早上睡到自然醒，将几天来旅途中的兴奋和疲劳做片刻的放松。然后根据约定的时间乘班机返温暖的家，把版纳的热情和美丽带给您的亲朋好友，服务结束！祝您旅途愉快！</p> <p>1、退房返程前请仔细整理好自己的行物品，请不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦； 2、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，请介绍给您的亲朋好友，谢谢！</p>	交通 🚗/➔	自然醒 ➔ 温馨的家、结束愉快的旅行！				
交通 🚗/➔	自然醒 ➔ 温馨的家、结束愉快的旅行！						
<p>酒店安排</p>	<p>4 晚温德姆品牌连锁酒店：</p> <p>▶西双版纳：卓诚麦客达温德姆、麦客达温德姆品牌连锁酒店、浩枫温德姆品牌连锁酒店等温德姆品牌连锁酒店（我社散客不可指定酒店）</p> <p>备注：如遇政府接待或其他特殊原因，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。如遇节假日旺季酒店不能保证连住。云南酒店标准以当地为准，因情况特殊，无法与其他城市住宿标准相比较</p>						
<p>餐饮安排</p>	<table border="1" data-bbox="304 2054 1511 2136"> <tr> <td data-bbox="304 2054 539 2092">【第一天】早餐：不含</td> <td data-bbox="539 2054 791 2092">午餐：不含</td> <td data-bbox="791 2054 1043 2092">晚餐：不含</td> </tr> <tr> <td data-bbox="304 2092 539 2136">【第二天】早餐：酒店餐</td> <td data-bbox="539 2092 791 2136">午餐：雨林大象餐</td> <td data-bbox="791 2092 1043 2136">晚餐：不含</td> </tr> </table>	【第一天】早餐：不含	午餐：不含	晚餐：不含	【第二天】早餐：酒店餐	午餐：雨林大象餐	晚餐：不含
【第一天】早餐：不含	午餐：不含	晚餐：不含					
【第二天】早餐：酒店餐	午餐：雨林大象餐	晚餐：不含					

	<p>【第三天】早餐：酒店餐 午餐：正餐 晚餐：孔雀宴（村长家宴）</p> <p>【第四天】早餐：酒店餐 午餐：正餐 晚餐：不含</p> <p>【第五天】早餐：酒店餐 午餐：不含 晚餐：不含</p>
<p>接待标准</p>	<p>1、住宿标准：4晚温德姆品牌连锁酒店 每个成人一个床位，每两个成人一个普通标间，若指定大床房在标单同价的情况下可以满足，若酒店标单有差价或指定升级房型的情况需额外补足差价。</p> <p>2、用餐标准：4早4正餐。早餐均为酒店餐，正餐30元/人 特色餐40元/人，自愿放弃无费用减免。【如遇人人数量不足10人，导游根据实际情况妥善处理。】</p> <p>3、用车标准：合法运营资质的空调旅游车辆。</p> <p>4、导游：优秀导游服务【6人及6人内司机兼向导，7人起安排优秀导游服务】。</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>自费项目</p>	<p>▶ 推荐自费【傣秀】280元/人、或【快艇】280元/人、【澜沧江游船】280元/人、【篝火晚会】280元/人等自费项目</p>
<p>包含项目</p>	<p>◎交通：铜仁-西上版纳往返机票含税 全程空调旅游车，按我社拼团人数选择车型，每人确保正座和10%的空座率；</p> <p>◎门票：已含行程中景点首道大门票，行程以外不含；行程景点客人不再享受景区门票优惠政策及因自身原因不能游览景点不退补费用。</p> <p>◎导游：其中3天导游全程陪同服务（第一天及最后一天是专业接机组工作人员接送机）</p>
<p>儿童安排</p>	<p>2-12周岁儿童含：旅游汽车费、正餐一半餐费。不含：门票、床位、动车、早餐费（早餐费按入住酒店收费规定，由家长现付）。</p>
<p>温馨提醒</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>

在这片热带雨林的怀抱中
每一次呼吸都充满了生命的气息
探索古树参天的原始森林
感受傣族文化的独特魅力
在澜沧江畔品味自然之美
夜晚则在星光下聆听森林的声音
西双版纳
一次心灵与自然的深度对话
等待您的到来

