

深眠云榻.醒享自在

Yaduo Itinerary
In Yunnan

保证入住2晚亚朵品牌酒店

(丽江国际品牌/五钻酒店+精品四钻酒店)

轻唤一声，服务便悄悄送到
不刻意打扰，却总在需要时妥帖周全



让旅途中的安稳睡意伴你归家

行程之上.更显雅致

Yaduo Itinerary
In Yunnan

轻便旅途 欢乐翻倍
时间珍贵, 让“玩”更尽兴



✔ 「2+1」陆地头等舱（昆大丽段满10人升级）

宽阔空间舒展双腿，乘坐体验更舒适

登临雪域.俯仰山河

Yaduo Itinerary
In Yunnan

- ✔ 全年保证冰川公园大索道（赠衣氧）
稀缺资源锁定，安心赴玉龙雪山核心区域，饱览美景

乘索道直达4506的雪山之巅
与亿万年冰川展开震撼心灵的对话
感受自然磅礴力量



蓝月谷

落入一片湖光梦境
无需调色
随手一拍都是沁人心脾的蓝

奇境漫游.穿越童话

Yaduo Itinerary In Yunnan

爱丽丝奇境花园（含旅拍）

周围鲜花环绕，特色布景掩映，看花、听风、观海
欣赏远处云影交织的光影魔法，让镜头定格此刻美好



- 穿过精致的木屋
仿佛自身就是在这里居住的小精灵
推开门走进另一个世界



- 层叠的白水台
如梯田般美丽
每当阳光洒下
映照出的水面如同宝石闪耀



- 漫步鲜花小径
四季景致各不相同
停留装饰精美的镜子前拍照
秒变童话中的公主



- 山海观景台举目远眺
苍山洱海尽入眼底
还有机会能遇到光穿透云层出现的
绝美丁达尔现象,美得让人心醉

民族史诗.震撼心灵

Yaduo Itinerary
In Yunnan

《印象丽江》表演

沉浸式聆听纳西人的山河故事
在呐喊与歌舞里，读懂这片土地的深情



如遇场次时间调整，无法观看，替换为观看丽水金沙表演

苍洱成诗.风月浪漫

Yaduo Itinerary
In Yunnan

生态廊道骑行+旅拍

风拂过发梢，车轮追着流云，把自由与惬意骑进时光里



音乐大篷车

一路欢唱，有歌有酒有朋友
举杯相聚，让风景流动
让时光微醺

特色美食.云南风味

Yaduo Itinerary
In Yunnan

楚雄彝族长街宴

感受彝乡热闹氛围
载歌载舞嗨起来



大理南涧跳菜

头顶菜碗转，脚踩唢呐欢
欣赏民族家宴席
“美食杂技秀”

地标漫步.饱览盛景

Yaduo Itinerary
In Yunnan

石林 | 滇池大坝 | 大理古城 | 丽江古城 | 束河古镇
云南热门IP打卡景点

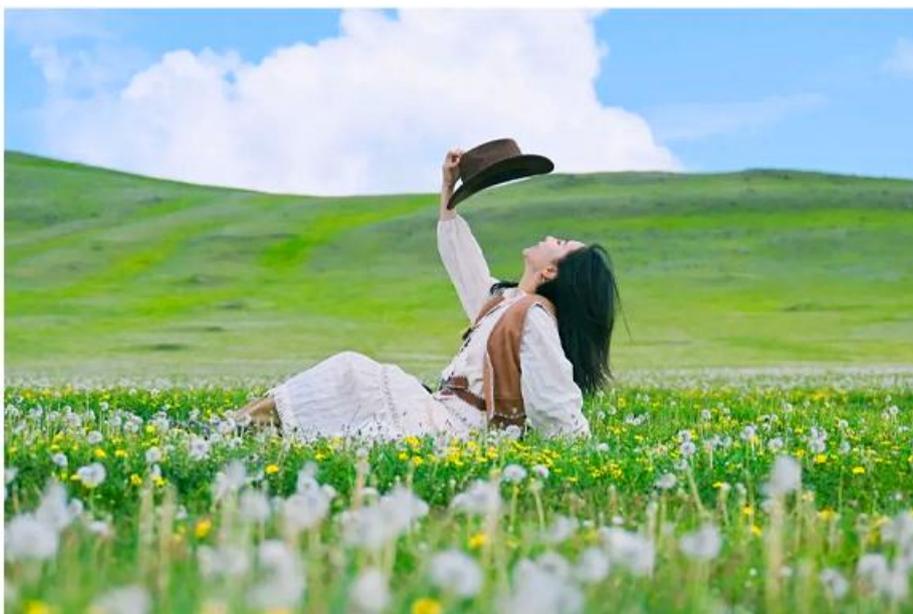


香格里拉.天堂秘境

Yaduo Itinerary
In Yunnan

香格里拉

探访《消失的地平线》中无数人向往的心中的日月



虎跳峡

中国最深的峡谷之一

普达措国家公园

明镜般光亮的高原湖泊

独克宗月光古城

世界上最大的转经筒

细节服务.关怀备至

Yaduo Itinerary
In Yunnan

细节安排，拿捏旅行仪式感
洞察您所需，从始至终都倍感安心妥帖



花环接机



庆生蛋糕



24H服务管家

详细行程

昆明·大理·丽江·香格里拉 雅致八日游

D1. 出发地→昆明酒店

酒店：昆明亚朵品牌酒店 餐饮：今日无餐饮安排，可自行品尝云南特色小吃

各地乘机抵达昆明长水机场后，您请先取行李，从 A/C 出口出来，向您的左手边走到 1 号门里面的 4 号白色柜台登记（不出 1 号门，请勿离开机场大厅）报名字登记，如找不到请拨打：13577000652/13518795110，之后乘坐旅行社专用车前往酒店，入住后可自行安排。

★ 安排花环接机

★ 即时送机不等待（签到登记后 20 分钟内送机）

★ 推荐自行前往：

- ①前往昆明市中心的【翠湖】，感受昆明人的悠闲生活；
- ②聆听【西南联大】激情慷慨的近代史故事；
- ③前往【云南陆军讲武堂】参观共和国历史上将军的军事院校；
- ④品尝云南地道的特色小吃——过桥米线、烧豆腐、小锅卷粉等。

温馨提示：

- ① 本线路为全国各地散客拼团，游客航班抵达昆明时间各不相同，相邻抵达的游客统一集中接送，需要您在机场做片刻的等候；
- ② 昆明市平均海拔 1800 米，入住酒店后请注意休息，不要剧烈运动和过量饮酒，储备好体力。

D2. 昆明酒店石林（含电瓶车）滇池楚雄酒店

酒店：楚雄精品四钻酒店 餐饮：早餐/团队餐/长街宴

早餐后乘车前往石林，今天将游览被列入世界文化遗产的国家 5A 级旅游景区【石林】（含景区电瓶车 25 元/人）这里的自然景观上融雄、奇、险、秀、幽、奥、旷为一体，奇山怪石，令人惊叹；独特的撒尼文化，璨若繁星、史诗悠久、享誉世界。大石林/小石林内，千岩峥嵘、万刃争锋，穿行其间，但见怪石林立，突兀峥嵘，姿态各异。

站在【滇池】大坝观景，视线越过波光粼粼的湖面，横卧天际的西山如一幅水墨画，轮廓清晰的睡美人山在云雾中若隐若现，每当冬季到来，这里变成绝佳的观鸥地点，从西伯利亚远道而来的小精灵，在蓝天下肆意飞舞，与游客友好互动，构成一幅人与自然和谐相处的画卷。

游览结束后，乘车前往中国彝乡【楚雄】，这里自古就被称为“省垣屏障、滇中走廊、川滇通道”，有“迤西咽喉”之称。这里是东方人类故乡、“元谋人”的发现地，也是彝族人的聚居地，彝族文化独具特色，异彩纷呈。

参与彝人【长街宴】，热闹从【祭火大典·迎宾式】开始，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！放开小酌，让“大口喝酒，大块吃肉”的豪情尽情挥洒。

【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”。跟随彝族人民来一场篝火晚会，让欢声笑语伴着您入眠。

今晚入住楚雄酒店。

明日我们将为您安排大理爱丽丝花园旅拍，您可以参考以下攻略，提前做好出片准备：

一、服饰穿搭：

- 1.准备浅色裙子/服装（米白、浅粉、淡蓝等），适配花海、建筑，避免深色杂乱；
- 2.可以带草帽或藤编包，既能遮阳又是绝佳道具，瞬间提升田园氛围感；

二、防晒防护：

- 1.建议携带高倍防晒霜（SPF50+），并注意补涂；
- 2.带一件轻薄外套或披肩，拍照时脱下，休息时穿上，兼顾美观实用；

三、其他提示

- 1.穿舒适鞋子：花园需要步行，建议穿平底鞋或凉鞋；
- 2.防蚊液：绿植多的地方蚊虫较多，随身携带便携防蚊液；
- 3.妆容建议：淡妆清新，可强调腮红和唇釉提升气色，避免浓重修容。

温馨提示：

- ① 石林国家地质公园游览线路较长，地形复杂多变，请紧跟导游，配合导游工作，以免迷路；景区内行人游客较多，请各位照看好自身的贵重物品。

D3. 楚雄 ▣ 爱丽丝奇境花园 ▣ 生态廊道+骑行 ▣ 音乐大篷车 ▣ 酒店

酒店：大理精品四钻酒店

餐饮：早餐/团队餐/南涧跳菜

早餐后，乘车前往大理，游览【爱丽丝奇境花园】（赠送旅拍：每一组家庭赠送5张照片，不含妆造），来到这里，仿佛置身现实版的“爱丽丝仙境”，一年四季精心种植不同的鲜花，与特色布景一起构建出一个梦幻空间，让你沉醉其中

推荐几个出片打卡点：

【花海秋千】坐在鲜花包围的秋千上轻荡，享受惬意时光。

【松果树屋/橡果洞穴】挂满装饰的小木屋超梦幻，一秒穿越童话世界。

【云镜白水台】这片白水台像层层梯田般美丽，阳光洒落，闪耀如宝石。

【草甸花境】这里有数种珍稀植物，四季景致各不相同。

【沙生植物区】耐旱植物展现了旺盛的生命力，拍出来的照片生机勃勃。

【无边泳池】与洱海相连，展现出海岛度假风情。

【观景台】月亮造型超出片，把水天一色的浪漫框入镜头中。

中餐后，抵达【洱海生态廊道】（每组家庭赠送6张照片）我们将安排专业摄影师，定格下最靓丽的瞬间，听洱海流动的声音，远观苍山清晰可见，此刻你与自然为伴，只觉心旷神怡。

乘坐【音乐大篷车】让风景流动，让时光微醺，与来自天南海北的朋友们赏景唱歌，让你以最惬意的方式，感受洱海的诗意与浪漫。他乡遇知音，在音乐里欢聚，回望时光，交个朋友。一路伴随欢声笑语，抵达【s湾】（赠送不限时骑行）湿地风光旖旎，苍山洱海间，无栏杆木栈道唯美浪漫、尽显辽阔。观山、望海、见天地。

品尝为您特别准备的【南涧跳菜】，感受热闹的民族歌舞氛围，入住大理酒店。

★ 特别说明：旅拍、骑行项目为行程赠送，不用不退

温馨提示：

① 景区游客众多，请您照看好贵重物品，注意个人安全。

D4. 大理古城 ▣ 丽江玉龙雪山冰川大索道 ▣ 蓝月谷 ▣ 印象丽江 ▣ 丽江古城 ▣ 酒店

酒店：丽江国际品牌

餐饮：早餐/营养餐包/自理

早餐后我们将游览【大理古城】这座古城背靠苍山，面朝洱海，温暖晴好，漫步大理古城，如同走进了一幅流动的画卷，岁月在这里静静流淌，留下了浓厚的文化底蕴和独特的历史气息。在这里，可以感受到中国传统文化的魅力与历史的厚重。

乘车前往【玉龙雪山】（赠送氧气1瓶/人、免费租借羽绒服）它位于丽江市西北部，距离市区约15公里，是少有的城市雪山，全山的13座山峰由南向北纵向排列，主峰扇子陡最高处海拔5596米。13座山连绵不断，宛若一条“巨龙”腾越飞舞，故称为“玉龙”。

精心为您安排【冰川公园大索道】，通往玉龙雪山核心景观区域，这不仅是一次普通的登山体验，更是一场震撼人心的高空之旅。这条索道全长约2980米，从海拔3356米的下站出发，一路攀升至4506米的上站，垂直高差达到1150米，是世界上建在高海拔地区的技术典范之一，也是一段集自然探索、视觉震撼与心灵触动于一体的高山探险旅程，让每一位游客都能亲身感受到玉龙雪山的神圣与壮美。

(*特别说明：我们优先为您安排大索道，如因风大、检修等人力不可抗拒因素，导致无法乘坐大索道的情况，则更改为云杉坪索道，现退差价80元/人，如所有索道无票无法乘坐，现退120元/人)

*中餐享用营养餐包：①达利园八宝粥1罐(360克)；②豆奶1盒(250克)；③鸡肉肠2根(120克)；④卤鸡蛋1个(35克)；⑤达利园蛋黄派1个(25克)；⑥达利园蔓越蓝莓提子面包2个(80克)；⑦达利园巧克力派1个(25克)。

随后前往【蓝月谷】这里四周群山苍翠欲滴，与湖水相映成趣。漫步在湖边的小径上，每一步都踏在了大自然的怀抱中。这里的空气仿佛都带着一丝丝甜意，让人不禁想深深地呼吸几口。玉液湖、镜潭湖、蓝月湖、听涛湖，清澈的蓝荡漾的波，倒映着不远处的玉龙雪山，看阳光洒在金山上，碰撞出永恒与灿烂。

前往观看原生态大型实景演出【印象丽江】，近距离感受这场演出带给您的震撼。

在雪山脚下，看来自10多个少数民族的恢弘表演，一半实景一半表演的特别体验，是你不曾在其它地方感受到的壮阔，纳西古老的传奇绵延至今，依然焕发出强大的生命力，极具感染力的歌舞，一定能给你留下深刻的旅行回忆。

(*特别说明：因场次安排原因，无法观看印象丽江，我们将为您更换为丽水金沙表演)

【丽水金沙】身着绚丽服饰的演员，以灵动舞姿开启时光之门。几个章节内容不同，短短几十分钟，观众仿若穿越千年，饱览丽江民族文化的独特魅力。

行程结束后，前往【丽江古城】自由慢逛，小桥流水，粉墙瓦黛，在灰白分明的纳西卯榫老建筑和沟渠水草间，古风韵让人沉醉！您可以自由探索古城，走过繁忙热闹的四方街，聆听昔日的木府故

事，再在华灯初上的夜色里，听浅唱低吟的民谣在木楼青瓦间回荡。

(*特别说明：丽江古城为自由活动行程，我们的大巴将统一把您送至指定地点，由于大家游览时间长短不一，为了照顾您的体验，故不统一安排车接返回酒店，敬请理解)

行程结束后，自行返回指定酒店。

温馨提示：

- ① 玉龙雪山海拔 4000m 以上，如出现头晕、呼吸困难等症状，请尽快告知随团导游或景区工作人员；
- ② 雪山上气候温度较低，游览前请注意着装防寒保暖；
- ③ 旺季游览期间，索道游客集中，有可能会排队现象，请您耐心等待。

D5. 束河古镇 🏠 酒店

酒店：丽江国际品牌

餐饮：早餐/团队餐/自理

早餐后乘车前往【束河古镇】，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！

温馨提示：

- ① 今日不含晚餐，请自行解决；
- ② 景区游客众多，请您照看好贵重物品，注意人身安全；请仔细检查自己的行李物品，避免遗漏；
- ③ 云南每到一地都有当地的特色物产，在购买贵重物品时，请索要购买小票，相关证书，并妥善保管。

D6. 丽江 🏠 虎跳峡 🏠 普达措国家公园 🏠 藏王土司宴 🏠 酒店

酒店：香格里拉精品四钻酒店

餐饮：酒店自助/团队餐/土司宴

早餐后乘车前往【香格里拉】，这个词源自詹姆斯·希尔顿的小说《消失的地平线》中虚构的一

个地方，意为“世外桃源”或“人间仙境”。在小说中，香格里拉被描绘成一个隐藏在中国西藏边境的神秘山谷，那里自然风光旖旎，人民生活和谐，是一个远离尘嚣、充满和平与幸福的理想国，香格里拉地区拥有雄伟的雪山、广阔的草原，幽深的峡谷、清澈的湖泊和古老的寺庙，如梅里雪山、普达措国家公园、松赞林寺等，都是不可多得的自然与人文景观，完美诠释了“香格里拉”作为人间仙境的意义。

而后我们将乘车前往世界三大峡谷之一，以“险”名天下的【虎跳峡】，它位于中国云南省丽江市与香格里拉市之间的金沙江上游，是最深的峡谷之一，也是中国最壮观的峡谷之一。峡谷两岸山岭险峻，江面最窄处仅约 30 米，而两侧的玉龙雪山和哈巴雪山海拔均超过 5000 米，形成了巨大而壮观的地形反差，水势汹涌，声闻数里。虎跳峡不仅自然景观震撼人心，还蕴含丰富的地质科学价值，是研究长江流域地质构造和河流侵蚀地貌的重要地点。

结束后我们将游览【普达措国家公园】，这里拥有原始森林、湖泊湿地、草甸等多种生态系统，是全球三大生物多样性热点交汇区，拥有世界级的物种基因库。徒步是体验公园风光的最佳方式，可以充分欣赏到湖光山色、森林草甸和丰富的野生生物。欣赏明镜般光亮的高原湖泊，水美草丰的牧场，百花盛开的湿地，飞禽走兽出没的原始森林……奇秀悦目，可谓“半湖青山半湖水”，美不胜收。

之后我们将品尝藏族美食【土司宴】，桌上摆满了素炒青稞、奶渣、酥油茶、牦牛肉、青稞酒。余香绕口，大块吃肉，大杯喝酒吧。身着藏服的卓玛和扎西，邀您一起跳锅庄舞，感受藏民的豪爽热情。今晚入住香格里拉酒店。

温馨提示：

① 虎跳峡景区属于户外游览，请照管好老人和小孩，在导游指示下在安全区域内活动。

D7. 藏文化博览中心 ▣ 独克宗古城 ▣ 藏民家访 ▣ 丽江 ▣ 动车 返回昆明 ▣ 酒店

酒店：昆明亚朵品牌酒店

餐饮：早餐/团队餐/自理

早餐后，乘车前往藏文化博览中心，深入了解藏文化、藏传佛教、传统医药、藏民日常生活习俗。

之后前往【独克宗月光古城】。这里是一座古老的藏族聚落，也是茶马古道重镇之一。这里拥有世界上最大的转经筒，它是上天送给你最好的礼物，轻轻转动着转经筒，为远方的亲人，朋友送去祝福。漫步在古城的石板街巷间，仿佛能感受到历史的脉络在这里流淌。质朴的藏式建筑、传统的藏族文化和民俗风情，都让人沉浸在浓厚的历史氛围中。

随后前往【藏族村落家访】，了解藏族建筑风格和生活方式，体验生活，感受乡村振兴的成果。

(*特别说明: 导游会根据行程游览时间, 灵活安排依拉草原自由参观, 景区会有骑马费用需自理, 可以根据个人需要自行选择。)

游览结束后, 汽车返回丽江, 之后动车返回昆明。

温馨提示:

- ① 今日不含晚餐, 请自行解决;
- ② 景区游客众多, 请您照看好贵重物品, 注意个人安全; 请仔细检查自己的行李物品, 避免遗漏;
- ③ 云南每到一地都有当地的特色物产, 在购买贵重物品时, 请索要购买小票, 相关证书, 并妥善保管。

D8. 游客集散中心 送机 → 您温馨的家

酒店: 温馨的家

餐饮: 早餐

早餐后, 参观游客集散中心, 根据航班时间乘车前往昆明长水机场办理登机手续, 乘机返回所在城市, 结束愉快的行程。*回程为 13:00 分以前的航班, 若因航班时间无法安排集散中心, 则取消此项目。

温馨提示:

- 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, 增加您的麻烦;
- ② 正常返程的游客返程前我们会安排车辆提供昆明旅游集散综合市场, 请与导游核对好送机时间;
- ③ 祝您身体健康, 生活愉快, 希望您再次来到美丽的云南。

行程说明

让旅途每刻倍感安心温暖

提供标准:

- 1、住宿标准: 2 晚亚朵品牌酒店+丽江国际品牌或五钻酒店+精品四钻酒店
- 2、用餐标准: 行程中包含共 7 早 8 正 1 餐包; 昆明大理丽江段正餐 40 元/人; 餐包、香格里拉餐标 30 元/人, 十人一桌人数不足时会酌减, 游客因自身原因不用餐或自行用餐的, 餐费不退; 早餐 (房

费含早，不吃不退早餐，若小孩不占床，则须补早餐费，按酒店收费规定由家长现付）。

4、门票标准：行程中已包含所有景区首道大门票；

5、车辆标准：昆大丽段满 10 人升级 2+1 豪华陆地头等舱（接机/动车和送机/动车根据人数使用 5-15 座小车；香格里拉段使用空调旅游大巴）；

6、服务标准：行程中安排持有国家导游资格证的优秀导游，9 人以下为司机兼出行管家；

参考酒店：

2 晚昆明亚朵品牌酒店：

昆明官渡龙湖时代金融中心亚朵酒店，备选：昆明广福路海乐世界亚朵、昆明大商汇亚朵或同级

2 晚丽江国际品牌：（如遇旺季国际品牌酒店房间紧张，免费升级为五钻酒店，以实际安排为准）

丽江智选假日酒店/丽江温德姆花园酒店/希尔顿花园酒店/晶玺希尔顿酒店/玉龙温德姆酒店或同级

1 晚楚雄精品四钻酒店：

澜辰酒店，备选：曼格酒店/维也纳国际酒店或同级

1 晚大理精品四钻酒店：

辛妮花园酒店，备选：新达酒店/景岸逸林酒店或同级

1 晚香格里拉精品四钻酒店：

蜀锦沐云酒店，备选：茂源酒店/扎西德勒大酒店或同级

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。

费用不含：

1、行程中未标注的自费项目及活动：如景区内付费拍照、游乐设施等；

2、行程中标注的酒店，因不占床儿童所产生的酒店早餐费用，须按酒店标准现付；

3、行程中标注的酒店，在游客入住期间所产生的个人消费项目：自费餐饮、自费饮品、付费电视、付费电话、付费日用品、付费洗衣、付费娱乐等，因个人需求所产生的消费；

4、单房差、航空意外险，及一切个人消费（如：行李物品保管费，托运行李超重费、酒店押金、加床费、自由活动期间的餐食费和交通费、交通延误、取消、意外事件或战争、罢工、自然灾害等不可抗拒因素导致的额外费用、因旅游者违约、自身过错、自身疾病导致的人身财产损失、自费选择项目，以及旅游费用合同内容以外的所有费用）。

5、自费项目：

香格里拉：普达措游船 65 元/人；虎跳峡电梯 70 元/人；

注意事项：

特别说明：欢迎参加此次旅行。为了确保您本次旅途的愉快进行，我们特别请您遵守下列事项。这是我们应尽的告知责任，也是为了保障您的自身权益。

- 1、因人力不可抗因素（如自然灾害、交通状况、政府行为等）影响行程，旅行社可做出行程调整，因变更而超出的费用由旅游者承担；
- 2、云南滇西北地处高原，气候多变。旅行社会根据气候、交通、景区最佳观赏时间等因素，在不改变接待标准的前提下，调整行程的前后顺序。
- 3、玉龙雪山风景区旅游遇旺季时，景区运营方将根据天气情况、设备维护、索道停运等不可抗力因素，对索道运力进行调整。如遇调整情况导致无法按照原行程进行安排时，我社将根据公司实际配额进行调整，将原行程的冰川公园索道调整为云杉坪索道或牦牛坪索道，并对已调整的游客进行差价退补；根据丽江旅游景区管理委员会规定，身高超过 1.4 米（含 1.4 米）的儿童，如遇旅游旺季，不能保证现场补票。为保证携带儿童出行的游客旅游过程不受阻碍，凡身高超过 1.4 米（含 1.4 米）的儿童需要提前制卡。请游客在参团报名时，提前补齐行程中丽江段涉及需要补票景区和其他费用；
- 4、云南景区属于旅行社提前预订统一购票，持老年证、军官证等优惠证件的门票费用一概不退；云南大多景区、景点内均设有购物场所，此乃景区行为。客人若有需要在这些地方购买商品，属于自愿消费，与我社无关；云南特色小吃很多，请选择干净、卫生、明码标价、安全有保障的场所用餐；
- 5、云南属于高原少数民族地区，请尊重当地少数民族的宗教及生活习俗；行程中如有头晕、呼吸困难等症状，请及时告知随团导游。孕妇及有高血压、心脏病、肺病等，不适合高原地区活动的人群不能接待，请谅解！