

# 不紧步漫

丽江大理香格里拉 6 天 5 晚

## 第一天

目的地：各地前往丽江集合

餐 饮：早餐：X | 午餐：X | 晚餐：X

住 宿：丽江慕伦朗格/玉珑国际或丽江同级别 4 钻酒店



上午：请各位自行前往机场，抵达丽江机场后，我们的工作人员接机前往酒店，之后自由活动。

住宿：丽江慕伦朗格/玉珑国际或丽江同级别 4 钻酒店

## 第二天

目的地：丽江-大理

游 玩：大理海舌公园洱海生态廊道骑行-夫妻树航拍-金花共舞-海舌蜜月半岛旅拍-  
圣托里尼海景下午茶-圣托里尼落日红酒晚宴

餐 饮：早餐：酒店 | 午餐：聚鲜楼白族菜 | 晚餐：落日红酒晚宴

住 宿：大理圣托里尼先锋艺术酒店/慕上微澜或圣托里尼同级别 4 钻酒店



早餐：酒店

游玩：早餐之后，乘车前往被誉为“绿野仙踪”的【大理海舌生态公园】公园四季绿草如茵，景色优美，是摄影爱好者和旅游爱好者的天堂。公园位于洱海西岸，三面临水，空中俯瞰，仿若“细舌”伸入水中，故名海舌公园。来到海舌公园，我们首先前往洱海最美湖岸线【洱海生态廊道•骑行】领略沿途自然风光和乡土人情。而后，专业的摄影师将为您【夫妻树航拍】这里是电视剧《去有风的地方》取景地之一，是爱情的象征，同时也是大理婚纱照的必去之地。之后您可以在田园花海，与白族【金花共舞】白族女儿的歌声在空中回荡，牵起白族金花的手，在苍山下、洱湖畔，尽情舞蹈吧。最后，在海舌公园蜜月半岛内，我们为您独家定制了准备了独具小资风味的【海舌蜜月半岛旅拍】（赠送1个一分钟视频+2个30秒视频+每人5张照片）爱在海舌，记录美好。

午餐：聚鲜楼白族菜

游玩：午餐后，前往大理【圣托里尼先锋艺术酒店】（提示：由于旅游车无法开到圣托里尼景区内，届时您将转乘酒店接驳车前往大堂办理入住）先锋艺术酒店位于大理圣托里尼景区内，办理入住后，你可以稍作休息或前往公区游览拍照，最美苍山洱海的风光就在面前。最美的风景，当然不能少了美食，作为本次旅行的贵宾，我们独家为您定制了圣托里尼先锋艺术酒店的【海景下午茶一份】苍洱风光在侧，吹着大理的浪漫海风，开启专属您的大理慢时光吧。

**海景下午茶餐单：**

- 薯片、花生
- 云南特色果脯
- HIHAT 限定奶油泡芙
- HIHAT 特色花茶
- 云南时令果盘

下午茶后，您可自行游览大理圣托里尼景区。

**打卡景点推荐：**鹤桥、鲜花大道、天空之门、摩洛哥风格建筑等。

晚餐：我们在您下榻的酒店，即圣托里尼先锋艺术酒店为您准备了【落日红酒晚宴】落日与酒精，氛围感的代名词；大理，慢生活的明信片；举起酒杯，在徐徐的微风里，有苍山洱海作伴，邀请五湖四海的朋友，与落日共赴一场微醺吧。

**落日红酒晚宴餐单：**

- 牛排

- 意面
- 时蔬
- 意大利蔬菜汤一份
- 鲜切水果
- 干红一杯/云麻啤酒一支

住宿：大理圣托里尼先锋艺术酒店/慕上微澜酒店或圣托里尼同级别 4 钻酒店

## 第三天

目的地：大理-香格里拉

游 玩：大理古城-虎跳峡-土司宴

餐 饮：早餐：酒店 | 午餐：桥香园过桥米线 | 晚餐：藏民土司宴

住 宿：香格里拉藏胞酒店/凯里亚德酒店或同级别 4 钻酒店



早餐：酒店

游玩：早餐后，乘车前往【大理古城】繁华热闹的洋人街、流水潺潺的红龙井、古风古貌的人民路，云南专属的美食：乳扇、雕梅、饵块等各种小吃，驼铃声响，那个从遥远历史里走出来的南诏国，此刻便出现在了您的面前。手捧相机随处逛逛，拍下您喜欢的云南记忆。或者，走进一家民族特色小店，和老板攀谈几句，这里每个人都有一段有趣的故事。又或者挑上一件让您心仪的物件，从此您和云南便有了信物，每每看见，便又回到了诗一样的地方。

午餐：桥香园过桥米线

游玩：午餐后，乘车前往消失的地平线——香格里拉，最接近天堂的地方。首先，前往游览【虎跳峡】（含门票，不含扶梯费用）（车程约 1 小时 30 分钟）虎跳峡位于丽江和中甸交界处的金沙江上，其江心雄踞一块巨石，横卧中流。传说曾有一猛虎借江心这块巨石，从玉龙雪山一侧，一跃而跳到哈巴雪山，故此石取名虎跳石。金沙江水浩荡而来，如一条巨龙在群山间穿过进入峡口，江水开始汹涌奔腾，声浪巨响。

晚餐：参加藏民土司宴（体验藏族饮食文化，欣赏原生态歌舞表演与篝火晚会）

住宿：香格里拉藏胞酒店/凯里亚德酒店或同级别 4 钻酒店

## 第四天

目的地：香格里拉-丽江

游玩：坛城-普达措国家公园-丽江

餐饮：早餐：酒店 | 午餐：藏楼私房菜 | 晚餐：滇味肴

住宿：丽江慕伦朗格/玉珑国际酒店或丽江同级别 4 钻酒店



游玩：早餐后，参观集现代建筑与藏式建筑风格为一体的【香格里拉坛城】（已含门票）（车程约 10 分钟）。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、香格里拉民族风情等，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，它也是目前藏区介绍藏文化及藏传佛教文化较为全面的场所。

午餐：藏楼私房菜

游玩：乘车前往世界自然遗产、国家 AAAAA 景区【普达措国家公园】（车程 4 小时左右）普达措是电视剧《司藤》和《狼殿下》的取景地。清澈碧蓝的湖水、绵延开阔的高原牧场、春夏季草原上盛开的野花，不禁让人感叹：此景只应天上有，人间哪得几回闻。

普达措景区游览结束后，集中乘车返回丽江。（车程 3 小时左右）

晚餐：滇味肴

住宿：丽江慕伦朗格/玉珑国际酒店或丽江同级别 4 钻酒店

## 第五天

目的地：丽江

游玩：玉龙雪山-冰川公园-印象丽江-蓝月谷-丽江千古情-丽江古城自由活动

餐 饮：早餐：酒店 | 午餐：雪山雪厨自助餐 | 晚餐：/

住 宿：丽江慕伦朗格/玉珑国际酒店或丽江同级别 4 钻酒店



早餐：酒店

游玩：早餐后，前往游览具有“东方瑞士”之称的【玉龙雪山风景区】玉龙雪山，国家 5A 级景区，传说是三朵神的化身，是纳西族心中的神山，一共 13 坐山峰连绵起伏，似银龙飞舞，因此得名。乘【冰川公园大索道】（含成人索道及玉龙雪山环线车费用，含羽绒服和氧气）首先到达 4506 的打卡点，从山脚到山顶，有亚热带、温带、寒带等多级景观——辽阔幽静草甸、森然参天古木、银装素裹冰川，一山有四季，十里不同天。最后，栈道徒步到 4680 最高点，打卡拍照，近览玉龙雪山的巍峨。（如遇天气或政策等原因导致上不了大索的，我社将调整为云杉坪索道，差价现退）。

午餐：雪山雪厨自助餐

游玩：观看原生态大型实景演出《印象·丽江》（观演时间约 90 分钟）以雪山为背景，汲天地之灵气，取自然之大成，以民俗文化为载体，用大手笔的写意，在海拔 3100 米，世界上最高的演出场地，感受生命的真实与震撼。演出后上至海拔 3240 米，游览有小九寨之称的【蓝月谷】（含蓝月谷电瓶车）蓝月谷前身是“白水河”，是玉龙雪山山间的冰川融化后汇集而成的河流。在晴天时，水的颜色是蓝色的，而山谷呈月牙形，远看就像一轮蓝色的月亮镶嵌在玉龙雪山脚下，所以名叫蓝月谷。

#### 【温馨提示】

- 1、玉龙雪山海拔较高，上山较冷，建议有心脏病/高血压及高原反应较重的旅客不要上山；
- 2、由于雪山海拔较高，餐饮条件受限，对饮食要求较高的旅客，可自备干粮：朱古力、面包等；
- 3、每天上至玉龙雪山游客有限，需要提前到景区排队等候，本天需要您早点出发，敬请谅解！
- 4、一经出票，费用景区不予退还；
- 5、玉龙雪山属于千年冰川雪山，但是由于全球气候变暖和夏季持续高温，部分季节，雪量偏少，请知晓。

玉龙雪山景区游览完毕，我们将乘车前往观看大型歌舞表演，人生必看项目之一【丽江千古情】丽江千古情景区，毗邻文笔海自然景观，与玉龙雪山遥相呼应，是一座活着的茶马古城：穿过茶马古街、马帮广场、傣寨、一路上酿酒坊、豆腐坊、茶坊、打铁铺等作坊林立。飘香的酥油茶、外焦里嫩的烤肉、甜美的鲜花饼等美味扑鼻而来，让你体验一段穿越时空的茶马之旅。千古情表演是丽江文化的魂，重现《纳西创世纪》、《泸沽湖女儿国》、《马帮传奇》、《幕府辉煌》、《玉龙第三国》等长达千年的历史与传说，绚丽逼真的舞台效果，令人数度落泪的动人故事，加上剧场外可以互动的茶马集市，一定会给您留下终生难忘的云南记忆。

千古情结束后，集中乘车前往游览“形如官印，权镇四方”的【丽江古城（导游带游览线路：大水车—四方街，之后为自由活动时间，自行乘车返回酒店）】（含古维费 50 元/人）古城始建于宋末元初，至今已有 800 多年的历史。四方街为古镇的中心，四通八达，周围小巷通幽，主干道与街巷如珠网交错，往来畅便。街道全部用五彩石铺砌，平坦洁净。“城依水存，水随城在”是丽江古城的一大特色。可品尝丽江古城内纳西风味小吃，如：丽江糍粑、鸡豆凉粉、吹肝、米灌肠等。（因丽江古城为开放式古城、导游带您游览一段后为自行游览时间，游览时间由游客自定，自行乘车返回酒店）。

#### 【温馨提示】

- 1、古城内经营商户众多，商品质量参差不齐，请您仔细甄别，慎重购买，务必索要购物发票；
- 2、请您在报名该旅游线路时留下您在云南旅游期间的手机号，方便我们第一时间联系上您；
- 3、丽江古城夜间人流量大，防踩踏，注意安全！

晚餐：敬请自理

住宿：丽江慕伦朗格/玉珑国际酒店或丽江同级别 4 钻酒店

## 第六天

目的地：丽江-出发地

游 玩：东南亚最大玫瑰花生产加工基地：丽江的花（根据航班时间灵活安排）-安排送机

餐 饮：早餐：酒店 | 午餐：X | 晚餐：X



早餐：酒店

游玩：早餐后根据行程时间安排游览国内乃至东南亚最大的玫瑰花种植基地【丽江の花-花卉产业园】（免费赠送一束玫瑰花）丽江の花，国内乃至东南亚第一高端玫瑰种植基地，是云南省农旅+文旅高度融合的示范基地。玫瑰品种达 50 多种，园内日产玫瑰花 18 万枝。丽江の花，致力于打造世界一流鲜花切花基地，种“中国最好的花”，在这里您可以欣赏到品类最为齐全的玫瑰花种植园，包括玫瑰花届的“爱马仕”-弗洛伊德玫瑰花，原生态的鲜花包装流水线、保鲜栽培技术等。来丽江，带走一支丽江的花。

送机：根据航班时间安排送机

**【特别说明】**

- 1、退房、返程前，请仔细整理好自己的行李物品，不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦；
- 2、请提前和师傅或导游确认返程航班时刻，并随时关注航班动态，以免误机；
- 3、我社有权根据实际情况，在不减少景点的前提下，灵活调整景点游玩的先后顺序；
- 4、凡是由于不可抗因素，临时导致的行程变化或者无法走的景区，我社可适当调整行程；

## 费用包含

交通	用车：随团游览期间用车费用，自由活动期间除外（包含接送机费用）
住宿	成人：行程所列所有住宿费用 说明：住宿均是提供“自然双标间”（如果需要大床房或三人间需要提前说明，三人间无房情况默认安排标间加床，具体根据我们的入住酒店的实际情况安排） 酒店备选： 丽江第 1 晚：丽江慕伦朗格/玉珑国际酒店或丽江同级别 4 钻酒店 大理第 2 晚：大理圣托里尼先锋艺术酒店/慕上微澜酒店或圣托里尼同级 4 钻酒店 香格里拉第 3 晚：香格里拉藏胞酒店/凯里亚德酒店或香格里拉同级 4 钻酒店 丽江第 4 晚：丽江慕伦朗格/玉珑国际酒店或丽江同级别 4 钻酒店 丽江第 5 晚：丽江慕伦朗格/玉珑国际酒店或丽江同级别 4 钻酒店 <b>备注：如遇旺季，行程所列首选酒店房间紧张，无法安排，我社将安排行程所列酒店同级别酒店入住，望请谅解。</b>
餐食	成人包含 7 正餐，餐标 40 元/人，其中落日红酒晚宴 60 元/人，雪厨 38 元/人
门票	成人所列全部景点门票
司导服务	优秀司机、导游服务

## 标准说明

- 1、单人房间：参团时如遇单人，住宿差价的解决办法为补交房差；
- 2、请成人持有效期内身份证，16 周岁以下儿童持户口本正本（入住酒店需要办理登记手续）；
- 3、根据景点规定及景点排队人数，我社有权根据最佳游览线路，在景点不变的情况下对线路景点调整顺序，以保证游览的最佳时间段；
- 4、客人中途脱团费用不退，如自愿放弃当地景点、用餐、住宿及赠送项目其费用均不退还，客人持有老年证、导游证、军官证等门票费用一律不退；
- 5、儿童报价：含，半餐、旅游车车位；不含景点门票、不占床、不含火车票；如遇身高不够 1.2 米的儿童按成人

报名参团，当地虽没有发生门票费用也是不能退费；

- 6、请客人认真填写旅行社意见反馈单，我社处理投诉凭客人意见单为准；
- 7、云南酒店空调定时开放，具体情况根据当地的气候而定，烦请特别注意；
- 8、在节假日期间，因游客人数较多，为保障游览时间，出发时间会有所提前，请您理解并配合
- 9、全程零购物，凡景区，家访，文化村，酒店、餐厅、服务站等场所内设有购物店，不属于我社安排的购物店。

## 文明旅游公约

### 《中国公民国内旅游文明行为公约》

营造文明、和谐的旅游环境，关系到每位游客的切身利益，做文明游客是我们大家的义务，请遵守以下公约：

- 1、维护环境卫生：不随地吐痰和口香糖，不乱扔废弃物，不在禁烟场所吸烟。
- 2、遵守公共秩序：不喧哗吵闹，排队遵守秩序，不并行挡道，不在公众场所高声交谈。
- 3、保护生态环境：不踩踏绿地，不摘折花木和果实，不追捉、投打、乱喂动物。
- 4、保护文物古迹：不在文物古迹上涂刻，不攀爬触摸文物，拍照摄像遵守规定。
- 5、爱惜公共设施：不污损客房用品，不损坏公用设施，不贪占小便宜，节约用水用电，用餐不浪费。
- 6、尊重别人权利：不强行和外宾合影，不对着别人打喷嚏，不长期占用公共设施，尊重服务人员的劳动，尊重各民族宗教习俗。
- 7、讲究以礼待人：衣着整洁得体，不在公共场所袒胸赤膊；礼让老幼病残，礼让女士；不讲粗话。
- 8、提倡健康娱乐：抵制封建迷信活动，拒绝黄、赌、毒。