

成都、九寨沟、黄龙、乐山大佛、峨眉山双飞双动 6 日游

行程简表：

天数	行程	早餐	午餐	晚餐	住宿
第一天	广州飞成都	×	×	×	成都
第二天	成都-乐山大佛-峨眉山	√	翘脚牛肉	√	峨眉山
第三天	峨眉山-成都	√	生态宴	火锅	成都
第四天	成都-动车-黄龙-九寨沟	√	牦牛汤锅	√	九寨沟
第五天	全天游览九寨沟	√	×	√	九寨沟
第六天	九寨沟-动车-送机-广州	√	√	×	温馨的家

行程安排：

第一天：广州飞成都（2 小时 15 分） **住：成都君亭酒店**

16 点 30 下班后，自行前往广州白云机场，广州飞往成都，抵达乘车前往成都市区入住酒店！
安排成都地道宵夜

第二天：成都（2 小时）170km 乐山大佛（40 分钟）45km 峨眉山 **住：峨眉山智选假日酒店**

早餐后，经成乐高速公路赴乐山（车程约 2 小时），游世界第一大坐佛【乐山大佛】（游览约 3 小时，含观光车），观凌云山，它有世界第一的弥勒石刻坐佛、凌云寺、宋代九顶城遗址、九曲栈道（大佛右侧的石壁上，有一条险峻的栈道自上而下盘旋至大佛脚，这便是著名的“九曲栈道”，是与修建佛像同时开凿的，栈道第一折处的“经变图”雕刻精细，形象生动，线条优美）、千峰祖师洞、灵宝塔、梅园、下观音寺等名胜；后乘车前往峨眉山市（车程约 30 分钟），入住酒店休息。



第三天：峨眉山 210km（3 小时）成都

住：成都雅悦蓝天酒店

早餐后，前往游四大佛教圣地之一【峨眉山风景区】（游览时间约6-7小时），为中国四大佛教名山之一，国家4A级风景名胜。峨眉山以雄、秀、奇、幻著称于世，素有“峨眉天下秀”之誉，乘景区观光车前往雷洞坪停车场（含观光车），步行1.5公里左右到接引殿，乘金顶索道（含往返索道）至金顶，观峨眉山金银铜殿、十方普贤金像【高48米重660吨】和大型观景台（天气好的话可观赏到远处的贡嘎雪山及瓦屋山）运气好可看到日出、云海、佛光3大自然奇特风光，参观世界最高佛教朝拜中心。后乘观光车下山换成旅游大巴车前往成都入住休息（车程时间约3小时）；之后入住酒店休息。



第四天：成都-动车（2 小时）松潘站/黄龙九寨站（30 分钟）黄龙 1.5 小时（104km）九寨沟 住：九寨沟温德姆酒店

早餐后，乘车前往动车站，乘坐动车前往松潘站或黄龙九寨站，抵达后乘车前往游览人间瑶池【黄龙风景区】（含景点大门票+上行索道+电瓶车，不含下行索道+耳麦+保险，如需乘坐费用请自理，可以步行看沿途风光，自行选择。游览时间约4小时）黄龙以彩池、雪山、峡谷、森林“四绝”著称于世，再加上滩流、古寺、民俗称为“七绝”。主要景观集中于长约3.6公里的黄龙沟，沟内遍布碳酸钙华沉积。并呈梯田状排列，以丰富的动植物资源享誉人间，享有“世界奇观”“人间瑶池”等美誉。1992年列入《世界自然遗产名录》，游览完毕后乘车前往九寨沟，抵达后入住酒店。

温馨提示：

- 1、黄龙属高海拔地区不宜剧烈运动，宜少饮酒，多食蔬菜、水果，以防发生高山反应。
- 2、因黄龙为高海拔地区，客人有可能因为自身身体原因产生高原反应，请在黄龙景区游览时量力而行，黄龙景区为钙化池景观，若高原反应身体不适请停止继续上行。



第五天：全天畅游——九寨沟（7-8 小时）

住：九寨沟温德姆酒店

早餐后，乘车从酒店出发；前往九寨沟景区停车场；步行至游客中心，等待导游领票后进入景区游览【九寨沟风景区】（已含景区大门票+观光车，游览约 6-7 小时）九寨集翠海、叠溪、彩林、雪峰和藏族风情于一体，其自成天成、美丽绝伦的自然风光闻名于世。蓝天、白云、雪山、森林、尽融于瀑、河、滩、缀成一串串宛若从天而降的珍珠；整个构成了一个五彩斑斓、神奇梦幻的人间仙境，一个不见纤尘、自然纯净的“童话世界”。（温馨提示：树正沟口 43KM—日则沟 26.8KM—则查洼沟 34.8KM—树正沟口）长海、五彩池、箭竹海、熊猫海、熊猫海瀑布、珍珠滩瀑布、五花海、镜海、诺日朗瀑布、犀牛海、老虎海、树正群海、树正群瀑布、火花海、盆景滩等），游览完毕后入住酒店

推荐自费：九寨千古情中国旅游第一文艺晚会、一生必看的，国内首创 5D 大型晚会(九寨千古情)，让你领略丰富的藏羌文化内涵，感受藏族宗教。创造出一场令人目眩神迷的视觉盛宴！在视觉、听觉、情感上都颠覆传统演出！（费用自理）1 个小时演出中，300 位演员、360 度全景演出、上万套舞台机械与观众全方位互动，用声光电气的高科技与上天入地的空间创意，完全打破艺术类型的界限，视觉盛宴，震撼人心！

温馨提示：1、九寨沟海拔 1900-3100 米，多数旅游者无高原反应；领票及排队进入景区等待时间根据当天客流决定。

2、此日户外游览时间较长，紫外线较强，请备防晒物品；

3、在景区禁止吸烟，有吸烟习惯的客人请忍耐忍耐，否则会受到高额罚款。沿线住宿硬件和软件条件有限，请不要以城市的标准来衡量；请尊重少数民族风俗习惯。



第六天：九寨沟-动车（2 小时左右）成都-广州

住温馨的家

早餐后，乘车前往动车站。乘车返回成都，抵达后根据航班时间，乘车前往机场，乘坐航班返回广州，结束愉快的旅程。

参考航班 1：

去程：广州-成都 CZ3413/20:15-22:40

回程：成都-广州 CZ3418/19:00-21:35

参考航班 2:

去程：广州-成都 CA4304/19:30-22:00

回程：成都-广州 CA4328/19:30-22:15

增四川乐山非物质文化遗产跷脚牛肉，足不出户吃最正宗的乐山味，好吃到你跷脚，吃的不仅仅是美食，更是文化的传承









广东羊城之旅国际旅行社有限公司西湖路分社
地 址：广州市越秀区西湖路18-28号广百新翼大厦24楼2402室
电 话：020-84152488 传 真：020-84153962
联系人：黄小姐13570189101

成都【君亭酒店】

2025 年开业 携程 4 钻 4.8 评分



本资料作为：☐参考行程 ☐合同附件 ☐旅游信息
旅客确认签名：____ 业务代表：____
质量监督电话：020-84152488/13570189101

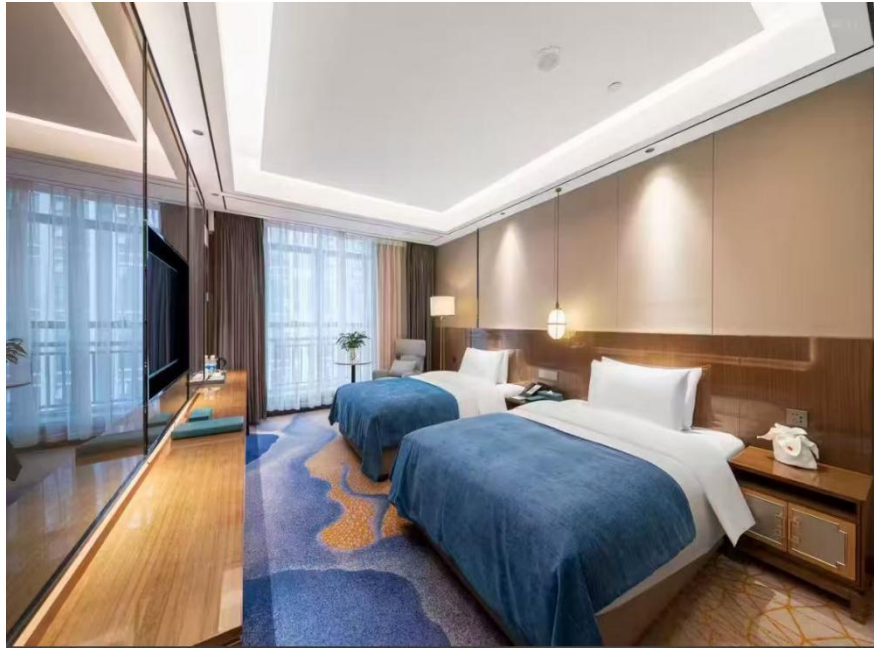
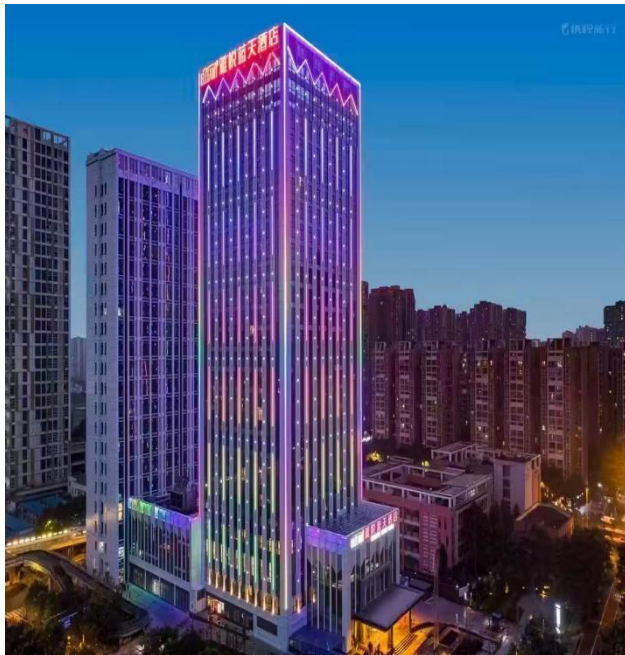
确认出团日期：____ 年 ____ 月 ____ 日
签约日期：____



广东羊城之旅国际旅行社有限公司西湖路分社
地 址：广州市越秀区西湖路18-28号广百新翼大厦24楼2402室
电 话：020-84152488 传 真：020-84153962
联系人：黄小姐13570189101

成都【雅悦蓝天酒店】

2021 年开业 携程 5 钻 4.5 评分



本资料作为：☐参考行程 ☐合同附件 ☐旅游信息
旅客确认签名：____ 业务代表：____
质量监督电话：020-84152488/13570189101

确认出团日期：____ 年 ____ 月 ____ 日
签约日期：____



广东羊城之旅国际旅行社有限公司西湖路分社
地 址：广州市越秀区西湖路18-28号广百新翼大厦24楼2402室
电 话：020-84152488 传 真：020-84153962
联系人：黄小姐13570189101

峨眉山景区【智选假日酒店】

2017 年开业 携程 4 钻 4.7 评分



本资料作为：☐参考行程 ☐合同附件 ☐旅游信息
旅客确认签名：____ 业务代表：____
质量监督电话：020-84152488/13570189101

确认出团日期：____ 年 ____ 月 ____ 日
签约日期：____

2024 年开业 携程 5 钻 4.7 评分





广东羊城之旅国际旅行社有限公司西湖路分社
地 址：广州市越秀区西湖路18-28号广百新翼大厦24楼2402室
电 话：020-84152488 传 真：020-84153962
联系人：黄小姐13570189101

【报价】¥5000 元/人

【接待标准】

团费包含：

- 1、 交通：往返机票，往返动车票二等座，当地空调旅游车，保证一人一正座。根据团队人数调配车辆大小！
- 2、 住宿：全程入住当地四钻酒店标准双人房；不含自然单间；
- 3、 景点：全程景点第一大门票(园中园门票不含)；
- 4、 用餐：全程 8 正 5 早 1 宵夜，峨眉山山上午餐餐标 50 元/人，八菜一汤团队围餐，早餐房费已含（不用不退还）
- 5、 导游：地接导游服务。

团费不包含：

- 1、用餐中客人自行加菜及酒水的费用；
- 2、如酒店无三人间，单男单女请自补房差；
- 3、景区内销门票及其他费用（如：观光车、游船等费用）
- 4、因天气原因、高铁延误等不可抗拒自然灾害而发生的一切额外费用；
- 5、不含财产险，请您妥善保管好自己财物；
- 6、临时改变行程或增加行程以外景点而产生的其他费用；

行前贴心提示

- 1、天气：阿坝洲地区早晚温差较大，黄龙为高山气候景区，海拔比较高，日照强紫外线强。请准备：御寒保暖衣物、太阳帽、防晒霜、润唇膏、雨伞。
- 2、路况：阿坝洲为高原及少数民族地区，因山路较多且地理环境比较特殊，只适用底盘较高国产旅游车，故座位间隔可能未如理想；为保障行车安全，途中可能会安排检修，敬请谅解；
- 3、餐食：阿坝洲为高原及少数民族地区用餐条件、餐饮风俗与广东地区有一定的差异旅游者应有一定的心理准备。途中坐车时间比较长，客人可自备一些零食。
- 4、住宿：九寨沟和川主寺属于环保酒店，酒店不提供一次性洗漱用品，请客人自带！

本资料作为：☐参考行程 ☐合同附件 ☐旅游信息
旅客确认签名：______ 业务代表：_____
质量监督电话：**020-84152488/13570189101**

确认出团日期：____年__月__日
签约日期：____



广东羊城之旅国际旅行社有限公司西湖路分社
地 址：广州市越秀区西湖路18-28号广百新翼大厦24楼2402室
电 话：020-84152488 传 真：020-84153962
联系人：黄小姐13570189101

5、高原反应的症状：头晕、头痛、耳鸣、眼花、四肢软弱无力、恶心、呕吐、心慌、气短、呼吸急促、心跳快速无力、意识模糊、瞳孔散大、昏迷、呼吸困难等。如何预防高原反应：登高时，速度不可太快。体力活动要循序渐进，尽量减少寒冷刺激及呼吸道感染。出现胸闷、气短等症状时，就立即原地休息，有条件可吸氧或用药（如：红景天、肌甘等）

旅途常见疾病与防治

- （1）感冒：旅行在异地，温差较大，忽冷忽热，容易感冒，需注意防治并及时吃药。
- （2）中暑：夏日旅行如果中暑，要立即转移到通风、凉爽的地方休息，在太阳穴、人中处涂抹风油精，不要勉强旅行。
- （3）肠胃病：在旅游当中，游客不适应新环境的饮食，容易腹胀和腹泻。如果再暴饮暴食，还易得胃肠炎，需及时治疗。
- （4）旅游在外，如出现头错无力、胃口不好、睡眠不佳等现象，这是水土不服的表现。需要多食水果、少吃油腻。
- （5）外伤：旅行中被蚊虫咬伤，用碱性液体冲洗伤口，可以消除疼痛。

九寨沟黄龙注意事项

1、九寨沟平均海拔2000多，个别地方3000，高原反应不大，不必担忧高原反应，气候变化温差大，当地流传，早穿棉袄，午穿纱，晚上围着火炉吃西瓜，可见气候变化，所以要带些衣物，一般比正常季节再加一件衣服就可以。

2、九寨各个景点之间 需要换乘巴士，要注意安全，穿轻便或户外鞋，带些水，食物，尽量轻便。

3、黄龙海拔平均3300米，五彩池高点3900米，会有些高原反应，每个人的反应程度不同，如头晕、头痛，犯困等。反应群体和年龄体质无关。游览黄龙风景区前一天要休息好，早睡觉。前两天避免剧烈活动和情绪兴奋，饮食为清淡，尽量吃些流食。禁饮酒，饮酒可使心跳加快，呼吸加深加快，加重高原反应，少烟，要保持良好的心态，最好提前准备些红景天，景区也有卖的但价格贵，在进入黄龙前即喝上一支，体质弱的可以喝两只，到景点最高处再喝一支，在临下景点时候再喝一支，不要做剧烈的行走和运动。到黄龙一定要看五彩池的，黄龙最高峰，多数选择坐缆车上去，缆车直拔3900米，会产生耳鸣等瞬间反应，有心脏病，高血压的朋友要特别注意。黄龙山上气温异常，瞬间会下雨，瞬间会艳阳光照，也许还会飘雪花，注意防范，添加衣物。缆车下来，需要步行一段才能到五彩池，这个过程高原反应最强烈，如果感到不适，不要强行再前行，要休息一会，或者吸氧，喝点红景天。感觉不舒服就原路返回，感觉困千万不要睡觉。这些只是提亲预防，也许就不会有，或只是很轻微的高原反应而已。

4、此线路属于高愿特种线路，涉及藏区高海拔地区,7岁以下儿童不宜参加；有呼吸气管道患者、心脏病、高血压、心血管病、糖尿病、精神疾病及严重感冒患者不接收报名！和65岁以上老人，出行旅游前应遵医嘱，谨慎出行，请视身体情况而定，量力而行，参团前需向我社提供实际身体状况说明，如因客人隐瞒疾病或年龄参团引起的任何后果，我社不承担任何责任！

本资料作为：☐参考行程 ☐合同附件 ☐旅游信息
旅客确认签名：______ 业务代表：_____
质量监督电话：020-84152488/13570189101

确认出团日期：____年__月__日
签约日期：____