**一品·懒人行-昆明|大理|丽江|三动6日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | YN1690605464uK1 | **出发地** | 广西壮族自治区 | **目的地** | 昆明市-丽江市-大理白族自治州 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 动车 | **返程交通** | 动车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **广西各地-昆明-住酒店-自由活动**  各位贵宾于指定时间自行前往动车站，乘动车前往昆明，抵达后，工作人员带您入住酒店稍事休息，愿您以饱满精神状态迎接此次云南之旅。入住酒店后可自由活动哦。♀♀♀ 昆明是云南省省会，享有“春城”美誉，四季如春，气候宜人，年温差全国较小，是多功能的四季皆宜的旅游胜地 。温馨提示：1.初上高原，不适应气候的客人注意休息，避免剧烈运动2.昆明昼夜温差较大，注意增添衣物交通：动车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 昆明 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **睡到自然醒-10点再出发-石林（vip通道）-楚雄-彝乡恋歌-祭火大典-长街宴-住楚雄**  旅行In个性：玩要出彩，体验要不拘一格♀♀♀ 【石林】：石林风景区（赠送景区vip通道代替电瓶车，节省时间）是世界自然遗产、世界地质公园、国家5A级旅游景区，是世界能以石林化遗迹和石林景观系列展现地球演化历史的喀斯特地貌区，为中国四大自然景观之一。 一、景点介绍：大石林：有“石林胜景”“千钧一发”“剑峰池”等景点，石峰雄伟险峻，石柱、石壁形态各异。小石林：以“阿诗玛”石峰为代表，与周围的湖水、绿树相互映衬，景色秀丽，充满诗意。还可游览石林胜景、千钧一发、欣赏莲花峰、剑峰池、步哨山、万年灵芝等景点，沿着蜿蜒小径穿梭，感受大自然鬼斧神工。二、注意事项：1、景区面积大，建议穿舒适鞋子。2、石林气候多变，携带雨具和防晒用品。3、切勿攀爬和触摸景区石头，保护景观和自身安全。 ♀♀♀ 前往彝族自治州【楚雄】，楚雄是彝族聚居地，有独特的语言、文字、服饰、歌舞等，每年的彝族火把节是盛大节日，期间有“吃火”“玩火”“恋火”“红火”等活动 。♀♀♀ 参加大型彝族歌舞表演【彝乡恋歌】安排在【长街宴】，体验【祭火大典】，晚住楚雄。一、楚雄彝乡恋歌的游玩攻略：1、迎宾仪式：演出前有彝族过山号响起，随后彝族姑娘小伙簇拥着“土司”“土司婆”跳迎宾舞，阿表妹会献上拦门酒，还有互动性十足的竹竿舞以及跨越火盆等环节，传承自原生态彝族民俗，再现彝家人好客场面。2、歌舞表演：主舞台在水池中央，三面环观众席。演出以彝族赛装节为主线，有“彝族跳菜、芦笙舞、酒歌联唱、彝族盛装秀”等节目，从团体民族舞到天籁之音，再到民族服饰展演，全方位展示彝乡文化。3、长街宴美食：长街宴上有彝族八大碗，席间还有专业酒歌队伍唱酒歌，游客可在“喜欢呢也要喝，不喜欢也要喝”的旋律中，感受彝族人民的热情。4、祭火大典：19：00-21：30在彝人部落村落广场有祭火大典，由世袭毕摩主持，游客可参与其中，点燃火把祈求万事顺意，随后还可围绕篝火跳起彝族节日舞蹈，体验民族狂欢。二、楚雄美食街区攻略：1、鹿城路小吃街：小吃摊点众多，彝族全羊汤锅、香辣烤鱼、红糖锅盔、鸡丝凉面等各种特色美食。2、彝人古镇：有彝族酸菜鱼等地道彝家美食，夜晚灯火辉煌，感受浓郁民族文化氛围。3、西园路夜市：可以品尝到清凉解暑的豌豆粉等各类小吃。4、楚雄师院小吃街：以年轻消费者为主，有各种特色小吃和饮品，热闹非凡。温馨提示：1、车程较长您可提前备些小零食，以备不时之需2、建议容易晕车客人提前配备相应药物，以备不时之需交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 楚雄 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **赠送“圣托里尼”旅拍（摄影师赠送每组8张电子照片）-洱海私人游艇-金梭岛-滨海花海-洱海边4轮敞篷jeep车+2轮自行车骑行-入住大理海景房**  旅行In个性：玩出嗨爽感，要酷要潮要风光无限 特别赠送：大理“圣托里尼”理想帮旅拍+8张精修电子照片，感受慢慢大理时光，惬意的洱海之行♀♀♀ 【圣托里尼】是大理独特的风情度假小镇，大理有名的网红打卡地。位于洱海边的山坡上，非常美丽漂亮。一边是洱海，一边是乌托邦式的建筑，顺手一拍都是大片。一、理想邦打卡点推荐：1、理想小镇：漫步小巷，以窗户密集、色彩鲜明的建筑群为背景，利用光影和建筑重叠效果拍摄。2、蓝顶教堂：白墙蓝顶与蔚蓝洱海相衬，营造出圣洁梦幻画面。3、海角七号咖啡厅：在此可享受180°海景，拍摄海滨风光照片，需自行付费前往。4、理想桥、鹊桥、鲜花大道、天空之门、留星亭：充满艺术气息和浪漫情调，适合拍照打卡。5、观景平台与高点：如千屿旅拍附近楼梯，可登高俯瞰小镇与洱海壮丽景观。二、理想邦穿着建议与注意事项：1、选择浅色或与环境形成对比的服装，如白色、米色、粉色等，与建筑色彩和洱海水面形成视觉冲击。2、关注当地天气预报，晴天适合拍摄鲜艳照片，阴雨天可感受不同氛围。3、景区内部分景点或体验项目可能需额外收费，如理想花园门票、酒店下午茶等。4、大理阳光强烈，做好防晒措施；昼夜温差大，注意保暖 。♀♀♀ 【金梭岛洱海私人游船】与洱海来一次近距离的接触，观苍洱山水自然风光，看洱海“金梭烟云，让您因山水陶醉，赏心悦目，心旷神怡，流连忘返。金梭岛打卡点攻略：1、玉龙宫溶洞：洞内景致千奇百怪，有各种钟乳石奇观。2、白族小渔村：位于岛北面，可感受淳朴民风和传统白族生活方式，欣赏特色建筑。3、观音殿和本主庙：建筑风格传统精美，如观音殿雕梁画栋，可了解白族宗教信仰和文化。♀♀♀ 潮玩之旅：【大理花海】、【滨海廊道休闲自行车骑行】、【敞篷jeep车】一、穿搭建议攻略：女生可穿红色、黄色等暖色系纯色长裙，搭配当地民族特色披肩、饰品、帽子；男生可穿休闲装或白衬衫搭配牛仔裤，再戴墨镜、帽子等，既舒适又上镜。二、花海游玩攻略：大片花海、网红座椅、彩色轮胎等打卡点，可漫步其中拍照，也可坐吉普车上，让摄影师抓拍动感瞬间。三、旅拍技巧攻略：1、与吉普车互动：可站在车旁、坐在车头或爬上车顶拍照，展现不同风格。2、利用花海背景：以花海为背景，拍摄半身照或特写，突出人物与自然美。3、拍摄动态照片：吉普车行驶过程中抓拍自然生动瞬间，如风吹起头发、裙摆等。吉普旅拍注意事项：1、提前查看天气，选择晴天出行，保证拍摄光线和游玩心情。2、做好防晒、防蚊措施，携带防晒霜、太阳镜、驱蚊水等。3、吉普车行驶中注意安全，听从司机和摄影师安排，勿随意站立或做出危险动作。大理下关晚间美食攻略： 1、牛魔王烧烤：位于大关邑商业街附近，店内烧烤种类丰富，招牌烤牛肉、烤鸡翅等外焦里嫩，蘸料香辣可口。2、笨五叔烧烤（正阳时代广场店）：下关烧烤扛把子，除烧烤外，生牛肉、生豆腐、生猪皮是每桌必点菜品。3、海东茄子烧烤（五星推荐）：海东茄子：招牌必点，去皮茄子搭配肉末和特制酱料，烤至外皮微焦、内里软糯，蒜香浓郁，口感丰富。招牌烤肉：选用优质猪肉，炭火烤制，外焦里嫩，滋滋冒油，搭配蘸料，用生菜包裹，香而不腻。黄金乳饼：具有浓郁奶香味，外皮金黄酥脆，内软，蘸上玫瑰酱，别具一番风味。炭烤口蘑：口蘑鲜美，配上肉沫，炭火烤制后一口爆汁，甜咸交织。烈焰脆皮鸭：鸭皮金黄酥脆，鸭肉鲜嫩多汁，令人回味无穷。鲜烤口蘑酿肉：口蘑的鲜嫩与猪肉的鲜美相融合，鲜香味美。破酥糖腿包：皮薄馅足，甜咸交织，有玫瑰流心。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 大理 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **大理古城-玉龙雪山-冰川大索道-蓝月谷-丽江古城-住丽江**  旅行In个性：自由暴击，慵懒突破地球表面♀♀♀ 【大理古城】其起源与南诏王阁罗凤建造的羊苴咩城有关。唐宋时曾是地方政权“南诏国”和“大理国”的都城。现存古城是在明朝初年阳苴咩城基础上恢复修建 。古城呈方形，开四门，上建城楼，下有卫城，城墙外层是砖砌。城区道路保持着明、清以来的棋盘式方格网结构，素有九街十八巷之称。景点介绍攻略：1大理古城南门：热闹的门，可上城墙俯瞰古城及洱海，是打卡必去之地。2复兴路：南门进来后的一大段步行街，热闹非凡，有各种特色商店和小吃摊。3五华楼：大理古城地标，始建于唐代，曾是南诏宴请贵宾处，可免费上去俯瞰古城及洱海。4人民路：古城知名、文艺的步行街，两边有白族建筑、老院子、小商品店和小胡同。5洋人街：有外国人开的店，周末傍晚和晚上有集市，酒吧集中。♀♀♀ 午餐想用云南地道美食名片过桥米线/雪山餐包。♀♀♀ 纳西族的神山【玉龙雪山】（赠送雪山暖心包：羽绒服+氧气瓶套餐110元，赠送项目不用不退费），搭乘【冰川大索道】前往冰川公园。备注：受风季影响停开等特殊情况及索道维修等人力不可抗因素导致游客无法乘坐的，现退大索道120元/人，如果能改换云杉坪索道情况下，现退差价80元/人♀♀♀ 【冰川公园】：乘坐冰川公园索道可到4506米处，可观赏壮丽雪景和冰川，但海拔高气温低，注意预防高反和保暖。沿着木质栈道可步行至海拔4680米的观景台，近距离观赏雪山和冰川美景，但过程中要注意预防高反和保暖，行动宜缓慢，不要大声喊叫和剧烈运动。♀♀♀ 【蓝月谷】（赠送景区电瓶车，赠送项目不用不退费）：玉龙雪山冰雪消融后的圣水河流，一轮蓝色的月亮镶嵌在玉龙雪山脚下，晴天沉淀晶莹蓝色，于月牙形山谷看牦牛饮水，雪莹交错，留下一张天地失色的倩影，是蓝月谷纯粹的玩法。玉龙雪山的玩法攻略：衣物准备：山上气温低，需带羽绒服、冲锋衣、保暖内衣、帽子、围巾、手套、防滑防水的雪地靴等。防晒用品：高原紫外线强，要携带防晒霜、太阳镜、遮阳帽等。玉龙雪山注意事项：1、如遇大风等恶劣天气，索道可能停运2、乘坐索道前可适当吸氧，上升过程中若出现耳鸣不适，吸氧可缓解。3、下山后不要立刻剧烈活动或洗热水澡，注意休息，让身体适应从高原到平原的气压变化。♀♀♀ 【丽江古城】自由活动。丽江古城始建于宋末元初，由丽江木氏先祖营造 。因地处金沙江湾，“金生丽水”而得名“丽江”。又因其形状似碧玉大砚，也被称为大研古镇。古城内有众多景点，如木府是丽江木氏土司府邸 ；四方街是古城中心，呈方形，周围小巷呈放射状分布；大水车是标志性建筑，位于北门 。此外，还有狮子山可俯瞰古城全景、充满国风韵味的现文巷和充满东巴文化气息的振兴巷等。晚入住丽江。丽江古城片区·自由活动·打卡点推荐：1、现文巷：挂满油纸伞的复古小巷，适合民族写真2、大石桥：宛如走进古朴如画的烟雨江南，3、丽江之眼观景台：俯瞰丽江夜色与古城万家灯火4、樱花餐厅：被鲜花和小桥流水包裹的美美餐厅5、风铃巷：屋檐上挂着许多的风铃，吹着晚风喝一杯咖啡6、振兴巷：挂满五彩灯笼，写满东巴文字7、狮子山：可以纵览丽江，还有个霍比特梦幻城堡8、丽江酒吧：白天小桥流水，晚上民谣啤酒9、忆持巷：精彩5D演出，晚8点人工降雪丽江晚间美食街区攻略：1、忠义市场：晚7点后营业，有烤饵块、烤乳扇、舂鸡脚等特色小吃，感受当地烟火气。2、四方街：丽江古城内热闹的美食聚集地，有数十家小餐馆，可品尝到纳西特色美食。3、七一街：保存较完整的老街，晚上热闹非凡，有丽江粑粑、包浆豆腐、鸡豆凉粉等多种美食。4、花马街：有三文鱼、腊排骨等美食，还有鸡豆凉粉、米灌肠等纳西族特色小吃，价格较古城低。5、狮子山夜市：有凉粉、米线、牦牛肉串等美食，还有驻唱歌手和表演，氛围好，适合边吃边玩。温馨提示：1、大理古城购买商品请确定货品真假2、各位贵宾涂抹好防晒霜，带好遮阳帽等，并注意安全3、参观玉龙雪山，由于雪山强反射，注意防晒防雪盲交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 丽江 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **束河古镇-丽江千古情-大理动车返回昆明-住昆明**  旅行In个性：酷爽冷面高空体验，别致纳西信仰与神话♀♀♀ 【束河古镇】起源于春秋战国末期纳西族先民迁徙定居于此，是纳西族在丽江坝子较早的聚居地之一 。在宋元时期已发展形成集镇，明代称“束和院”，清代以后称“束河” 一、束河景点推荐攻略：1、九鼎龙潭：潭水清澈，源自龙泉山山脚石缝，周边绿树环绕，可拍照留念，感受宁静。2、四方街：古镇中心，商铺林立，有街头艺人表演，可购物和体验烟火气。3、青龙桥：建于明代，历经沧桑，走在桥上可感受历史变迁。4、三眼井：体现独特用水文化，三口井分别用于饮用、洗菜和洗衣。5、飞花触水：古镇标志性景点，楸木花飘落水面，如诗如画。二、束河游玩注意事项：1、关注天气，携带合适衣物，古镇早午温差大。2、做好防晒措施，高原紫外线强。3、尊重当地风俗习惯和文化遗产，文明旅游。♀♀♀ 赠送一生必看的演出《丽江千古情》（赠送演出费用，赠送项目不用不退费）一生必看的演出，重现丽江千年历史与传说，融合多种艺术元素，场面宏大。其他游玩项目攻略：1、主题区游览：茶马古街、那措海、雪山沙滩、民族村落等主题区，感受丽江千年文化和历史风情。2、娱乐体验：有鬼屋、虚拟空间等体验项目，还有民族快闪、木府招婿等小节目。3、美食推荐：景区内有腊排骨、纳西烤鱼、鸡豆凉粉、丽江粑粑等丽江特色美食。♀♀♀ 大理动车返回昆明，后入住酒店。交通：汽车/动车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 昆明 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **自由活动-根据返程时间送站**  酒店早餐后，自由活动，参观结束后根据动车时间安排专车送您至动车站，返回目的地动车站散团，结束愉快的旅程！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.感谢各位贵宾对我们工作的支持和理解，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。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！3.各时间段请根据约定时间集合交通：动车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、住宿标准：全程入住5晚当地标准双人间酒店，参考酒店：昆明备选酒店：星耀、江野、银园、南亚豪生、鑫盛达宏晟、花之城豪生、三茂城市印象、或同档次楚雄备选酒店：云华酒店、宝冠酒店、建华酒店、维也纳、玉华、翰承、隐石、温楚、嬴融、东宝、南华大酒店或同档次大理海景房：碧海蓝天酒店、掬埠园酒店、庞业雅阁酒店、苍海觅踪、凯里亚德、洱海龙湾、金沙半岛或同档次丽江客栈：隐沫客栈、隐茂客栈.隐沐客栈.花筑·藏元客栈、常春藤客栈、蓝月溪谷或同档次备注：如遇特殊原因，不能安排备选酒店时，我社有权安排同档次、同标准的其他酒店。2、用餐标准：5早餐6正餐。餐标40元/人；早餐均为酒店自助餐3、交通标准：广西各地-昆明往返动车二等座票，使用车辆为当地空调车辆，整车10%空率。4、服务标准：行程中所安排导游为当地的导游，服务费30元/人.天。5、门票标准：行程首道景点门票；6、儿童标准：2-12周岁（不含12周岁），身高不足1.2米儿童报价包含：车位费，半餐费； | | |
| **费用不包含** | 1、不含全程酒店单房差800元/人。2、 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。3、 行程中标注的酒店 ，  因不占床儿童所产生的酒店早餐费用 ，须按酒店标注现付。4、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：酒店/客房自费餐饮、自费饮 品、付费电视、付费电话、付费传真、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。5、 行程中标注的自由活动期间，因个人需求所产生的消费(包括自由活动期间的交通、餐饮) 。​6、 因法律规定的不可抗力因素 ，所导致产生的额外交通、餐饮、住宿等费用。7、儿童：2-12周岁（不含12周岁）儿童不含床位，不含早餐，不含门票，，身高1.2米及以上产生的门票及其他费用由家长当地现付。8、不含旅游意外险，建议游客自行购买； | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 1、云南是一个多民族地区，请游客尊重当地相关的法律法规、民族风俗、宗教信仰;2、请保持手机号码与预留在旅行社的一致，保持畅通有效，并注意将手机随身携带以备紧急联系，由于旅游者提供的手机号码与预留给旅行社的不一致，导致无法正常联系的，造成的后果由游客自行承担。3、旅游者乘坐交通工具时，请不要与司机交谈和催促司机开快车，不要在车内、外乱扔废（杂）物品、不要吃有异味的食物，讲究文明礼貌，并优先照顾老人、儿童、妇女，切勿拥挤，以免发生意外。　4、行车途中系好安全带，并不要随意在车内走动，老人和儿童要有成年人陪护，以防不确定危险，车辆在颠簸路段行驶过程中不要离开座位和饮食，以免发生呛水或卡咽危险；带儿童的游客乘坐交通工具时要特别注意儿童的安全。　5、观看演出时请听从现场工作人员指挥，进出场时请注意安全和财物保管，照顾好老人和孩子。6、旅游者入住酒店后，应了解酒店安全须知，根据提示牌熟悉酒店的安全通道、安全门、安全楼梯的位置及安全转移的路线，沐浴时地面、浴缸容易打滑，一定要把防滑垫放好以防滑倒摔伤，酒后不要沐浴，更不要蒸洗桑拿浴。7、外出旅游，旅游者应注意身体健康，提高防护传染病、流行病的意识；注意用餐卫生，不食用不卫生、不合格的食品及饮料，旅游者自行在外用餐时，注意环境卫生，切勿吃生食、生海鲜、未剥皮的水果，尽量少在路边小摊用餐，忌暴饮暴食，应多喝开水，多吃蔬菜水果，少抽烟，少喝酒；因私自食用不洁食品和海鲜引起的肠胃疾病游客自行承担责任。8、游客报名参加旅行时应确保个人身体健康，保证自身条件能够完成旅游活动；身体健康状况不佳者，请参与前咨询相关专业人士（医生），根据自身状况准备好应急措施（药品和急救物品）；因自身疾病和隐瞒可能损害他人的病情、病史所造成的个人人身安全和他人人身安全受到的损害，所产生的责任由游客自行承担。 |