

<云南丽江双飞3-8日自由行>丽江进出，优选雲若水美宿/常春藤/花间堂等精品客栈，大研古镇核心商圈，特色纳西庭院，享受慵懒慢生活

产品ID：210599364

产品特点

产品特点

丽江雲若水美宿

详细行程 * 以下行程仅供参考，最终行程可能会根据实际情况进行微调，敬请以签约行程为准。

D1 第1天 出发城市 丽江

行程概览

此推荐行程

【涉及景点】：

丽江：大研古镇、玉龙雪山、蓝月谷、束河古镇、拉市海、丽江千古情、木府

【航班推荐】：

丽江往返——如无丽江直飞的航班，可考虑昆明中转。省内航班早定优惠。临近日期价格较贵。

★推荐行程只是参考建议，行程较为紧凑，可根据个人需求进行调整。

丽江三义机场 古城区

建议时间：40分钟

经过几个小时的飞行后，您终于平安降落在丽江，美丽的纳西神山“玉龙雪山”为您祈祷一路旅行安心顺心

【交通攻略】

机场大巴：机场至市区每天有多次巴士往返，单程车票20元，客人抵达市区后可打车前往古城；

打车：机场至市区单程打车费用约80-120元；

火车：丽江有1个客运火车站，即丽江站，可前往大理、昆明等地；

汽车：丽江客运站有发往大理、香格里拉、泸沽湖等地的汽车，多班次，旺季建议至少提前一天预定；

注意：丽江机场航班时间多为早晚班机，建议客人提前预定途牛专车接送机，亦可预定丽江至周边景点的接

驳、包车等服务，一定要拒绝各种低价的拉客司机；

大研古城内无法通车（包括汽车、电动车和自行车等），如果您不想拖着行李箱走太多的石板路。给您一个小小的建议，住宿尽量靠近门口哦。



自由活动

今天建议大家闲逛大研古城，晚上早点休息，为明天的雪山行程养精蓄锐

建议时间：2小时

温馨提示：

- 1、大研古城小道错综复杂，你总是能听到旁边小伙伴高德导航的声音。没关系，在这里，迷路才是古镇的正确打开方式。慢慢去走过每一条石板路，每一座石板桥，看过古城的每一条狗。
- 2、大水车和狮子山建议前往。作为古城的地标，大水车可打卡，还可以在旁边，把自己心愿的牌子永远留在丽江；狮子山可以俯瞰古城全景，慢慢爬，小心喘。



景点·大研古城

🕒 游玩时长：约2小时

丽江古城又名大研古城，坐落于玉龙雪山下丽江坝中部，北依象山，金虹山，西枕狮子山，东南面临数十里的良田沃野。海拔2400米，是丽江行政公署和丽江纳西族自治县所在地，为国家历史文化名城，世界文化遗产。

古城以江南水乡般的美景，别具风貌的布局及建筑风格特色，被誉为“东方威尼斯”，“高原姑苏”等称号。

推荐游玩路线

丽江古城(2小时)-步行20分钟→狮子山(1小时)-步行10分钟→木府(1小时)-步行15分钟→丽江四方街(3小时)

门票（仅供参考）

大研古城门票：免费

★注：需缴古城维护费80元/人，一般由客栈、酒店等代收，也可在古城大门和各景点售票处购买（古城维护费有效期约为7天，在此期间请您妥善保管您的发票收据）目前团队客人是需征收的，散客一般不查验，去黑龙潭公园需出示。

狮子山万古楼门票：50元/人

木府门票：40元/人

以上价格仅供参考，均可提前在网上购买

Tips

古城西侧的狮子山公园是观赏古城全景的佳去处，除了山顶的万古楼，公园有很多点都可以看到古城和雪山

重要提示

丽江海拔2400米左右，地处高原，如有身体不适请及时求医；且丽江的紫外线较强，请备好防晒物品如防晒霜，帽子，墨镜等



全天用餐：敬请自理

建议时间：1小时

美食推荐

当地必尝 [丽江粑粑](#)、包浆豆腐、[鸡豆凉粉](#)、鲜花饼、土鸡、腊排骨、[烤鱼](#)、铜锅饭、[青梅酒](#)、火塘……

D2

第2天 推荐玉龙雪山一日游



自由活动

今天推荐大家玉龙雪山一日游，带束河古镇游览，晚上推荐感受酒吧街文化

建议时间：3小时

温馨提示

- 1、玉龙雪山作为丽江地标景点，是每一个首次去丽江的小伙伴们必去的景点。
- 2、推荐参加纯玩一日游，含蓝月谷，大索道，纳西特色土鸡火锅，含氧气，防寒服，束河下午茶。
- 3、老酒吧街：位于四方街至大水车之间的新华街，闹吧为主，劲歌热舞；新酒吧街：位于五一街与七一街之间的饮玉巷，也有清吧，音乐火塘



景点·玉龙雪山 - 蓝月谷 - 束河古镇

景点·玉龙雪山

游玩时长：约3小时

玉龙雪山古称耸雪山、雪山、雪岭，位于云南省丽江市玉龙纳西族自治县境内，丽江市北面15公里外，玉龙雪山海拔5596米，面积455平方公里，雪山的13峰终年积雪不化，如一条矫健的玉龙横卧山巅，有一跃而入金沙江之势，故名“玉龙雪山”

交通（仅供参考）

玉龙雪山距离丽江市约15公里，可乘巴士或包车前往

雪山直通车：玉河停车场、南门停车场、丽君酒店、束河大门发往甘海子

每日上午9:00发车；下午17:00返回，票价（参考）：40元/人，可在玉河走廊C区2-3号、客运中心站及高快客运站购票

包车：从丽江去玉龙雪山，根据车型座数不同价格在300-500元不等

可选购【[丽江包车](#)】1日：[丽江-玉龙雪山往返【SUV5座】](#)

景区内可乘坐环保车到达各个景点的缆车乘坐处，再分别乘缆车到达

★注意：冰川公园大索道只到达海拔4506米处，剩下的路程需要一步步走上去，须量力而行

推荐游玩路线

冰川公园(3小时)索道+观光车30分钟→云杉坪(殉情谷)(1-2小时) 索道+观光车20分钟→蓝月谷(1小时)

玉龙雪山景区门票：130元（包含甘海子、蓝月谷景点，门票单日当次有效，不含丽江古城维护费、印象丽江门票、索道费用、环保车费用）

以上价格仅供参考，可提前在网上购买

还可选购玉龙雪山一日游：【牛】[【丽江当地游—XY】玉龙雪山1日游（不含午餐）](#)

一日游费用包含：玉龙雪山进山门票（含蓝月谷）、大索道及环保车和往返交通费用

餐饮攻略

玉龙雪山餐饮较少，午饭可自带食物，也可在景区内解决。晚饭可返回丽江古城用餐

景点·蓝月谷

🕒 游玩时长：约1小时

玉龙雪山冰雪融化成河水从雪山东麓的一条山谷而过，因月亮在蓝天的映衬下倒影在蓝色的湖水中，又因英国作家詹姆斯希尔顿笔下的《消失的地平线》中的蓝月亮山谷近似于此。故名“蓝月谷”。也是众多情侣选择拍摄婚纱照的圣地。

交通（仅供参考）

步行或可乘坐景区坐电瓶车到达

门票（仅供参考）

包含在玉龙雪山景区门票内，若乘电瓶车游玩需另付40元左右车费

玉龙雪山景区门票：130元（包含甘海子、蓝月谷景点，门票单日当次有效，不含丽江古城维护费、印象丽江门票、索道费用、环保车费用）

以上价格仅供参考

景点·束河古镇

🕒 游玩时长：约1小时

束河古镇，纳西语称“绍坞”，因村后聚宝山形如堆垒之高峰，以山名村，流传变异而成，意为“高峰之下的村寨”，是纳西先民在丽江坝子中早期的聚居地之一，是茶马古道上保存完好的重要集镇，也是纳西先民从农耕文明向商业文明过渡的活标本，是对外开放和马帮活动形成的集镇建设典范

交通（仅供参考）

公交：束河古镇位于丽江古城西北约5公里处，可在古城乘坐11路公交车到束河路口下车，再步行至古镇大门

包车：可在古城包车前往，约5元/人，打车约20元；如果体力充足，也可租一辆自行车前往

推荐游玩路线

束河古镇(2小时) 步行5分钟→束河四方街(0.5-1小时) 步行6分钟→青龙桥(10分钟) 步行2分钟→九鼎龙潭(30分钟)步行3分钟→龙泉寺(三圣宫)(0.5-1小时) 10分钟→茶马古道博物馆(0.5-1小时)

从挂着“束河古镇”四个字的牌坊走进，沿着石板路面可以一直走到古镇中心—四方街；之后沿着四方街边的溪流逆流而上，走过青龙桥便可以看到九鼎龙潭；潭边建有龙泉寺，寺后有个小山坡，这里是俯瞰古镇全景的好地方。此外，位于古镇内中和路上的茶马古道博物馆也是值得一去的地方。这里没有那么多的游客，还可以逛一逛特色小店，累了找一家茶馆尽情泡茶发呆

餐饮攻略

束河古镇不乏美食，束河凉粉和虹鳟鱼是非常出名的，在束河很多餐厅都能吃到。四方街一带聚集了很多餐厅，是觅食的好地方。午饭可以任意找一家餐厅享用，也可以去找一找那些有名气的餐厅，晚饭在束河或者回丽江解决均可

D3

第3天 推荐拉市海半日游+丽江千古情

1

自由活动

今天推荐大家参加拉市海半日游，下午欣赏丽江千古情

温馨提示

- 1、拉市海堪称小版洱海，你可以在这拍出各种美美的照片。
- 2、推荐参加一日游，实际是半日游，一般9点出发，下午1点左右结束。结束后可按照客人需求送往大研古镇或束河古镇。
- 3、半日游行程包括古道骑马和拉市海皮划艇。

景点

景点·拉市海 - 丽江宋城千古情景区

景点·拉市海

🕒 游玩时长：约3小时

拉市海位于丽江县城西面10公里处的拉市坝中部，是云南省知名的以“湿地”命名的自然保护区。“拉市”为古纳西语译名，“拉”为荒坝，“市”为新，意为新的荒坝。

门票（仅供参考）

湿地公园门票：30元，骑马划船另行付费

可提前选购一日游：【牛】[【丽江当地游—XY】拉市海1日游（成人价）](#)

费用包含：全程接送交通（7座小车），司机兼讲解，马锅头牵引骑马游茶马古道，驴头带领湖中泛舟（划艇可选单人或双人，具体划船时间看天气状况），纳西农家土鸡火锅午餐

餐饮攻略

湖边有卖烤鱼的小摊子，都是新鲜捞上来的小鱼，约15-20元一条，可以尝一尝。

景点·丽江宋城千古情景区

🕒 游玩时长：约2小时

丽江宋城旅游区距丽江古城6公里，位于丽江市玉龙县玉兴西路88号，毗邻文笔海自然景观，与玉龙雪山遥相呼应，地理环境优美。旅游区深度挖掘丽江独特的本土文化元素，建设了茶马古城、那措寨、丽江乐园、殉情谷四大公园，打造了以《丽江千古情》等为代表的十大演艺“秀”与二十大项目。

交通（仅供参考）

1、火车指南：丽江火车站—丽江千古情景区 4公里

步行至丽江火车站站，乘坐18路车，在白龙文化广场站下车，步行至玉龙县医院，换乘23路车，在丽江千古情景区下车

出租车20元左右

2、自驾指南：

古城方向：可经民主路、长水路、康仲路、庆云路、玉雪大道、玉兴西路到达景区

其他方向：可经大丽高速高架至72米道文笔海方向，至玉兴西路

3、公交指南：

市内可乘坐16路至丽江市公积金管理中心站下车，步行200米到丽江千古情景区；或乘坐23路直达丽江千古情景区

以上价格仅供参考

门票（仅供参考）

贵宾席成人票：290元/人，观众席成人票：280元/人

特惠政策：1.2米以下儿童免票（可观看《丽江千古情》演出，但不提供演出座位）

丽江恋歌乐园成人票：150元/人

以上价格仅供参考

开放时间

丽江千古情景区：14:00—21:00

丽江恋歌乐园：14:00—19:00

《丽江恋歌》每日18:00—18:30

演出场次会根据实际情况适当调整，请注意官网信息

D4

第4天 大研古镇休闲一日游

4

自由活动

睡到自然醒，吃完午饭后逛下木府、大研花巷，到忠义市场买点土法黑糖，茶叶带回家

温馨提示

- 1、木府位于大研古城内，需购买门票进入。俗有北故宫，南木府。
- 2、景区内提供讲解。一般游玩时间在1-2小时。



景点·丽江木府

🕒 游玩时长：约2小时

木府是一座辉煌的建筑艺术之苑，它充分反映了明代中原建筑的风采气质，同时保留了唐宋中原建筑古朴粗犷的流风余韵，而其座西朝东，府内玉沟纵横，活水长流的布局，则又见纳西族传统文化之精神。

交通：

木府位于丽江古城内，在古城中步行可到

门票（仅供参考）

门票：40元/人，包含免费人工讲解

70岁以上老人、1.2米以下的儿童、军官、残疾人凭有效证件免门票

价格仅供参考，可提前在网上购买

景区没有电子票，提前和卖家好取票地点



景点·大研花巷

🕒 游玩时长：约1小时

大研花巷位于丽江大研古镇北门，是一个充满创意和主题特色的街区，集云南特色、非遗传承、文创品牌、深度体验于一体。



景点·忠义市场、象山市场

🕒 游玩时长：约2小时

忠义市场

位置：丽江市古城区长水路和祥和路交界处

是靠近丽江古城的一个大型农贸市场，有着地道的丽江生活情态。在这里可以买到新鲜的食材，还可以吃到便宜且美味的丽江风味小吃

象山市场

位置：丽江市古城区象山路

丽江市古城内的一个综合市场，是当地的农贸市场之一。热门的钰洁腊排骨就在市场里面，许多游客慕名而来。早起去市场感受丽江农贸市场的繁忙氛围也是不错的选择



温馨提示

- ★睡到自然醒，12点退房。
- ★请注意航班时间，提前到达机场候机；
- ★请检查好行李物品，以免遗漏。

行程
附注

【出行清单整理】

- 1、身份证，机票票据要放好。
- 2、现金、信用卡。
- 3、手机、充电器、充电宝
- 4、照相机，要考虑照片储存的问题，带一个或几个大一点的存储卡
- 5、防晒霜和晒后修复霜：特别要带防晒指数高的防晒霜，每天都记得要涂。每天涂个好几遍！！多带点补水面膜。
- 6、一双舒服的鞋子：古城适合你慢慢的去逛
- 7、大围巾、披肩：既能抗寒防晒，又能拍照凹造型，披肩也可以在古城购买各种民族风的。
- 8、太阳镜：丽江的日照比较强烈，当然也是拍照神器。

【出行注意事项】

- 1、**气候** 丽江市属低纬暖温带高原山地季风气候，四季变化不大，年温差小而昼夜温差大。全市年平均气温12.6~19.9℃之间，雨季集中在6~9月，且多为过路雨，对出行无较大影响。
- 2、**穿衣** 丽江紫外线较强，防紫外线墨镜、遮阳伞必不可少，也可以带帽子（可盖住耳朵的为佳）或大尺寸围巾来防晒；如果徒步，记得带手套（骑马和防冻用）、暖和轻便的鞋子。
- 3、**防晒** 丽江地区地处高原，紫外线强烈，需要带上防晒霜、晒后修复品。如果需要搭长途车，提前准备晕车药。
- 4、**高原反应** 丽江地区海拔较高，容易发生高原反应。高原反应的轻微症状是嗜睡、头晕、血压升高。初到时不宜剧烈运动；丽江因其高海拔，气候也很干，一定要多喝水。晚上睡觉记得打开加湿器。
- 5、**古城维护费** 丽江古城维护费—80元/人，不做强制征收，但部分免门票景点需出示古城维护费凭证入园，如黑龙潭公园，购买后需随时携带，以便查验。

成人

费用包含

交通:往返团队/散客机票含税费（团队机票将统一出票，散客机票因实时计价预定后即刻出票）

住宿:所选酒店住宿房型。

具体含餐情况见房型说明

费用不包含

丽江古城维护费50元/人。

因交通延阻、罢工、天气、飞机机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因所引致的额外费用。

酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费。

当地参加的自费以及以上“费用包含”中不包含的其它项目。

升级舱位、升级酒店、升级房型等产生的差价。

旅游意外险:旅游人身意外保险

预订须知

出行须知

- 1、自助游产品均为即时计价，请以我方最终确认价格为准。
- 2、机票一经开出，更改、签转、退票以航空公司相关政策为准。若您所预订的机票为团队优惠套票，一经开出，不得签转退票；因存在航班调整的可能（包括航空公司、起飞时间的变化），故最终航班情况以出票时的具体信息为准。
- 3、为不耽误您的行程，请您至少在航班起飞前2小时到达机场办理相关手续。
- 4、由于列车、航班等公共交通工具延误或取消，以及第三方侵害等不可归责于旅行社的原因导致旅游者人身、财产权受到损害的，旅行社不承担责任，但会积极协助解决旅游者与责任方之间的纠纷。
- 5、酒店价格为团队优惠价，一经成交无法退订。若因游客方原因无法出行，需游客自行承担相应损失。
- 6、按照国际惯例，酒店须在14：00后方能办理入住，在12：00之前办理退房手续，具体以酒店实际安排为准。
- 7、游客入住酒店后如需升级或者更换房型，需补交升级或者更换的房差费用。
- 8、黄金周、特殊节日等旅游旺季，房间预订以款到确认为准，一经确认不得随意变更。
- 9、请您在预订时务必提供准确、完整的信息（姓名、拼音、性别、证件号码、国籍、联系方式、是否成人或儿童等），以免产生预订错误，影响出行，如因客人提供错误个人信息而造成损失，我司不承担任何责任。
- 10、请自行准备有效的出游证件，如因证件缺失未能出行的相关损失由旅游者自行承担。
- 11、廉价航空预订提醒：中国联合航空(KN)，西部航空(PN)，春秋航空(9C)属于廉价航空，机票不含免费行李托运服务；不含免费餐饮服务；不含网上选座服务；航班延误或取消不提供经济补偿。如预订此类航空的机票默认接受此条款。
- 12、有严重高血压、心脏病的客人，参与此行程前请根据自身条件，遵医嘱，谨慎出行。
- 13、云南旅游购物三十天无理由退货，公益免费电话400-0060-822。

附加预订须知:

更多优质线路，请关注途牛微信号



途牛服务号



途牛订阅号

要旅游，找途牛！