

以“感受蜀地风情·体味三国文化”为主题的 成都六日疗休养

成都，简称蓉，别称蓉城、锦城，是四川省省会，西南地区唯一一个副省级市，特大城市，西部地区重要的中心城市；是国务院确定的中国西南地区的科技中心、商贸中心、金融中心和交通、通讯枢纽。成都是国家历史文化名城，古蜀文明发祥地，中国十大古都之一。

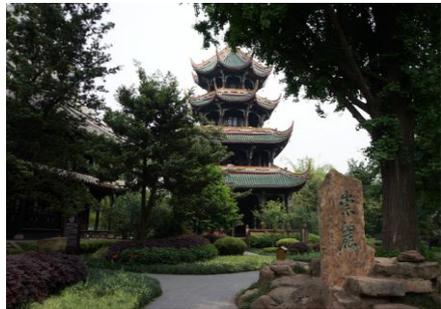
◆ 行程特色：

- 步入西蜀第一街，成都版清明上河图【锦里】
- 观赏长江上下游四大禅林之首的佛教圣地【文殊院】
- 感受由四合院群落组成，清朝遗留下的古街道【宽窄巷子】
- 国家文化部命名的中国民间艺术(火龙)之乡【黄龙溪古镇】
- 饱览一度成为成都象征的国内最大的竹类公园之一【望江楼公园】

◆ 行程安排：

日期	行程安排	餐	宿
D1	<p>上海—成都（飞行约3小时）</p> <p>青浦指定地点集合车赴上海浦东机场乘（参考航班 MU294 11:00-14:20）抵达成都，接机；入住酒店休息；晚餐后，可自行欣赏成都夜景。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	×	成都
D2	<p>成都—三圣花乡（车程约1小时）</p> <p>早餐后乘车前往有着“中国花木之乡”的【三圣花乡】观光休闲（游览时间约3~4小时）。国家AAAA级风景旅游区三圣花乡是全国新农村建设的领军者，是中国乡村旅游的发源地，位于成都锦江区三圣乡，包括“花乡民居”、“荷塘月色”、“东篱菊园”、“幸福梅林”和“江家菜地”，被称之为成都五朵金花。“五朵金花”各具特色，各有所长。朴实幽雅的乡村环境，色彩缤纷的奇异花卉，清静致远的乡村休闲场所。在此无论泡杯香茶，闲坐一会儿还是闲庭信步，四处走走，都能享受到远离都市喧嚣的清静，领悟到“偷得浮生半日闲”的清幽。中餐可在当地农家乐中品尝特色农家菜。下午自由活动或酒店休息。</p> <p>推荐景点：游览【都江堰景区】（自费门票90元/人+耳麦5元/人+古城电瓶车10元/人+景区电瓶车15元/人，游览约2小时），游览灾后的离堆公园观碑亭、离堆、堰</p>	早 中 晚	成都

	<p>功道、川西第一名园—清溪园，游览战国秦昭王时期（公元前 227 年），蜀郡守李冰在岷江上修建的中华第一古堰—被列为“世界文化遗产”的都江堰水利工程；是世界至今为止，年代最久的唯一留存的以无坝引水为特征的宏大水利工程：宝瓶口引水口、飞沙堰泄洪坝、观鱼嘴分水堤。</p>	
<p>D3</p>	<p>成都—文殊院（车程约 20 分钟）+文殊坊</p> <p>早餐后前往游览【文殊院】（游览时间约 1.5 小时），是国务院确定的全国佛教重点寺院之一，中国长江上下游四大禅林之首，四川省重点文物保护单位；后游览【文殊坊】（游览时间约 1 小时）位于成都文殊院历史文化保护区内，文殊坊以禅文化、民俗文化为主题，以川西街院建筑为载体，充分体现老成都人文历史精髓。下午自由活动或酒店休息。</p> <p>推荐景点：游览成都市内著名博物馆——【武侯祠】（自费 60 元/人，游览约 1.5 小时），始于公元 223 年修建刘备惠陵时，它是中国唯一的一座君臣合祀祠庙和最负盛名的诸葛亮、刘备及蜀汉英雄纪念地，也是全国影响最大的三国遗迹博物馆。</p>	<p>早中晚 成都</p>
<p>D4</p>	<p>成都—黄龙溪古镇（车程约 1 小时）—宽窄巷子</p> <p>早餐后出发前往游览【黄龙溪古镇】（游览时间约 3-4 小时），该镇属四川省历史文化古镇及省级旅游风景区。古镇不仅风光秀丽、环境优美，还是驰名中外的天然影视摄影基地。古镇主要特色是：古街、古树、古庙、古水陆码头、古建筑和古朴的民风民俗。是国家文化部命名的中国民间艺术(火龙)之乡、国家级环境优美小城镇。素有“影视城”、“中国好莱坞”之称。中餐后前往游览【宽窄巷子】（游览时间约 1.5 小时）。宽巷子代表了最成都、最市井的民间文化；原住民、龙堂客栈、精美的门头、梧桐树、街檐下的老茶馆……构成了宽巷子独一无二的吸引元素和成都语汇；宽巷子，呈现了现代人对于一个城市的记忆；窄巷子的特点则是老成都的生活，展示的是成都的院落文化；客人可在宽窄巷子自由活动，喝茶，摆龙门阵，体验老成都的生活乐趣。下午回酒店休息。</p>	<p>早中晚 成都</p>

		
<p>D5</p>	<p>成都-四川省博物馆（车程约 30 分钟）+望江楼公园</p> <p>早餐后参观【四川省博物馆】（周一闭馆）（游览时间约 1.5 小时）始建于 1941 年，至今已有 70 余年历史。现有馆藏文物 26 万余件，其中珍贵文物 5 万余件。位于成都市浣花溪历史文化风景区，这是西南地区最大综合性博物馆，在全国公共博物馆中占有重要地位。四川博物院目前拥有 14 个展厅，总面积 12000 平方米，包含书画、陶瓷、青铜器、民族文物、工艺美术、藏传佛教、万佛寺石刻、张大千书画、汉代陶石艺术等 10 个常设展览，还有 4 个临时展厅，用于举办各类临时展览。后前往【望江楼公园，不含文物开放区】（游览时间约 1.5 小时）。主要建筑崇丽阁、濯锦楼、浣笺亭、五云仙馆、流杯池和泉香榭等，是明清两代为纪念唐代著名女诗人薛涛而先后在此建起来的。民国时辟为望江楼公园。望江楼公园开放区是以竹为主的园林景观区，是全国竹子品种最多的专类公园。薛涛一生爱竹，赞颂竹“虚心能自持”，“苍苍劲节奇”。为纪念薛涛，后人在园内遍栽各类佳竹，荟萃了国内外 200 余种竹子，其中不乏名贵竹种，园内竹子姿态万千，各有妙趣。人们把这幽篁如海、清趣无穷的园林，誉为“竹的公园”。中餐后回酒店休息。</p>  	<p>早 中 晚</p> <p>成 都</p>
<p>D6</p>	<p>锦里-送机（飞行约 3 小时）</p> <p>早餐后前往游览老成都文化一条街—【锦里】（游览时间约 1.5 小时）传说中锦里曾是西蜀历史上最古老、最具有商业气息的街道之一，早在秦汉、三国时期便闻名全国。在这条街上，浓缩了成都生活的精华：有茶楼、客栈、酒楼、酒吧、戏台、风味小吃、工艺品、<u>土特产</u>，充分展现了三国文化和四川民风民俗的独特魅力。中餐后乘车前往成都双流机场，乘（参考航班：MU293 13：40-16：35）返回上海浦东机场接回出发地，结束六日疗休养。</p>  	<p>早 中 ×</p> <p>/</p>

◆ 参考酒店：

成都新良大酒店



成都百世酒店



◆ 考察介绍：

- **三圣花乡**：国家 AAAA 级风景旅游区**三圣花乡**是全国新农村建设的领军者，是中国乡村旅游的发源地，位于成都锦江区三圣乡，包括“花乡民居”、“荷塘月色”、“东篱菊园”、“幸福梅林”和“江家菜地”，被称之为成都五朵金花。“五朵金花”各具特色，各有所长。
- **文殊院、文殊坊**：文殊院始建于隋大业年间（605 年——617 年）。康熙三十六年（1697 年）集资重建庙宇，改称文殊院。是国务院确定的全国佛教重点寺院之一，中国长江上下游四大禅林之首，四川省重点文物保护单位；是集禅林圣迹、园林古建、朝拜观光、宗教修学于一体的佛教圣地。文殊坊以禅文化、民俗文化为主题，以川西街院建筑为载体，充分体现老成都人文历史精髓。
- **黄龙溪古镇**：该镇属四川省历史文化古镇及省级旅游风景区。古镇不仅风光秀丽、环境优美，还是驰名中外的天然影视摄影基地。
- **宽窄巷子**：宽巷子代表了最成都、最市井的民间文化；原住民、龙堂客栈、精美的门头、梧桐树、街檐下的老茶馆……构成了宽巷子独一无二的吸引元素和成都语汇；宽巷子，呈现了现代人对于一个城市的记忆；窄巷子的特点则是老成都的生活，展示的是成都的院落文化。
- **四川省博物馆**：始建于 1941 年，至今已有 70 余年历史。现有馆藏文物 26 万余件，其中珍贵文物 5

万余件。位于成都市浣花溪历史文化风景区，这是西南地区最大综合性博物馆，在全国公共博物馆中占有重要地位。

- **望江楼公园：**望江楼公园开放区是以竹为主的园林景观区，是全国竹子品种最多的专类公园。薛涛一生爱竹，赞颂竹“虚心能自持”，“苍苍劲节奇”。为纪念薛涛，后人在园内遍栽各类佳竹，荟萃了国内外 200 余种竹子，其中不乏名贵竹种，园内竹子姿态万千，各有妙趣。人们把这幽篁如海、清趣无穷的园林，誉为“竹的公园”。
- **锦里：**传说中锦里曾是西蜀历史上最古老、最具有商业气息的街道之一，早在秦汉、三国时期便闻名全国。在这条街上，浓缩了成都生活的精华：有茶楼、客栈、酒楼、酒吧、戏台、风味小吃、工艺品、土特产，充分展现了三国文化和四川民风民俗的独特魅力

◆ 服务标准：

项 目	明 细
机 票	上海/成都/上海（双飞机票，含机建）
住 宿	四星标准酒店双标间（宿 5 晚，按 2 人/间房计；出现单房，请补房差）
交 通	当地空调旅游车（按人数配车，含车费、路停费、司贴）
门 票	无
餐 费	10 正餐（团队标准餐）
导 服	全陪与当地优秀导游服务
接 送	上海段机场来回接送（含路停费）
保 险	旅行社责任险 750 万、往返航空保险 200 万、旅游意外险 30 万

◆ 注意事项

一、四川环境

- 1、成都地区的气温总体与上海地区比较接近。但是城区外的景点一般温度相对会降低。
- 2、凡是闹市区公共汽车、自由市场、景点景区小偷又出现，注意随身物品
- 3、自由活动期间外出交通很方便，但也请留意黑出租、黑摩的，要注意分辨，下车请记得索取发票。
- 4、道路上非常繁忙，每次过那路都要找人行横道并要注意观看行人的红绿灯，有很多地方是有过街天桥和地下通道的，只是过街的最安全的办法，千万不要不管不顾的横穿马路。
- 5、景区内随时会有陌生人会到你面前与你搭讪推销或向你介绍一些你很不熟悉的内容，往往让你感觉是非常好的事，如果你与他们搭讪你就上当
- 6、乘坐飞机，国内航线一定要提前 2 小时抵达机场
- 7、很多旅游景区会有一些不法分子，向你发放旅游小广告或用非常便宜的价格吸引你去 XXX 地方去旅游，千万不要上当，一定要记住“便宜没好货”这个硬道理
- 8、公共场所不要吸烟、吐痰。
- 9、入住酒点、坐飞机等都要出示身份证。没有身份证上不了飞机。请顺便检查一下有效期，特别是临时身份证，它的有效期限特别短，要看一看回来那天会不会过期。身份证一定要保管好，而且请随身携带，不要放入大的行李箱中，以免匆忙中被托运了，人就上不了飞机了。



二、贵重物品

- 1、贵重物品（证件、现金、首饰、相机等）必须随身携带。
- 2、自由活动时间，贵重物品必须自己保管好，以防抢劫、偷盗事件的发生。
- 3、离开所的酒店必须在当晚将所有的行李收齐。
- 4、行李保管提醒三句话：A、集小成大件数清。B、随时清点不乱放。C、千金难买回头看

三、吃的方面

- 1、川渝地区口味偏辣。
- 2、大家都知道在外面吃的一定没有家里的这么好，我们出来玩在吃的方面：有可能大家口味不一样，环境不同、等等。但是，正所谓“在家千日好，出门一日难”。

四、入住酒店

- 1、入住酒店必须检查门、窗是否完好。若有问题请即时报服务员或导游。
- 2、入住酒店后必须检查酒店内配置的物品是否齐全（三巾、杯、衣架等）。
- 3、请保持房间的卫生，不得将油污、茶渍搞到地毯上，不得用毛巾擦皮鞋酒店的东西一旦损坏就得照价赔偿。
- 4、大家入住酒店把贵重物品随身携带

五、景区游览过程中

- 1、在旅行活动中，请大家遵守纪律顾全大局，不得单独行动，不打招呼单独行动一旦掉队自己打车去下一个景点或到导游指定的位置等候，不得影响团队大家正常的旅游次序，如给团队造成损失由掉队者承担。
- 2、每到一个景点，请大家紧跟导游，听导游讲解，导游讲解完后，导游会给大家照相和购纪念品的时间。

六、安全问题

“安全第一”，在旅行过程中，大家必须十分重视安全问题，做到开开心心的去，平平安安的回。

- 1、在行程中，特别是在山地，请大家做到走路不看景，看景不走路。
- 2、由于现在酒店装修档次逐步提高，因此请大家在酒店大堂、餐厅、卫生间时，注意不要滑倒。
- 3、请大家注意饮食卫生，特别是在大排挡用餐时更要注意食品及餐具的卫生，食物要煮熟餐具要消毒，蔬菜要过水。
- 4、注意财物安全，旅行中携带物要少而精，必要的物品要带齐，违禁品不要带，以免在乘坐交通工具过关卡时遇到麻烦。现金与贵重物品须贴身携放（特别是手机与钱包）。
- 5、入住酒店后想出去逛街，不要一个人单独行走，比较危险。

七、生活用品

- 1、需带折骨雨伞、防晒油，太阳眼镜等旅游用品
- 2、需穿运动鞋或平底鞋（最好不要穿新皮鞋、高跟鞋和硬底鞋）。

八、保健品

个人需带些日常用品（如：感冒药、消炎药、止血帖、晕车药、菊花茶、速效救心丸、藿香正气液、风油精等）。

如要离开团队单独行动（如随亲友等）需要书面申请，在全陪导游觉得比较安全的前提下签字同意后，方可离去，离团的客人要切实注意日程安排和注意安全，擅自离团或者不听安排故意走失等造成的一应后果自己负责。

团队旅游是个大临时大家庭，千年修得同船度，大家好不容易才走到一起，大家相互帮助，互相照顾，顾全大局，希望你就是我们团队人人喜爱人人欢迎个个尊重的人，大家都希望我们团队没有那种自私自利、以个人为中心、无组织无纪律、自以为是、不尊重他人的不受欢迎不受尊重的人。