

自然课

亲子

TRAVEL
IN BANNA

丽江



Family

心灵在干地间的
诗意栖居



自然课·丽大

直飞丽江·大理 6天5晚山野寻菌非遗纯玩游

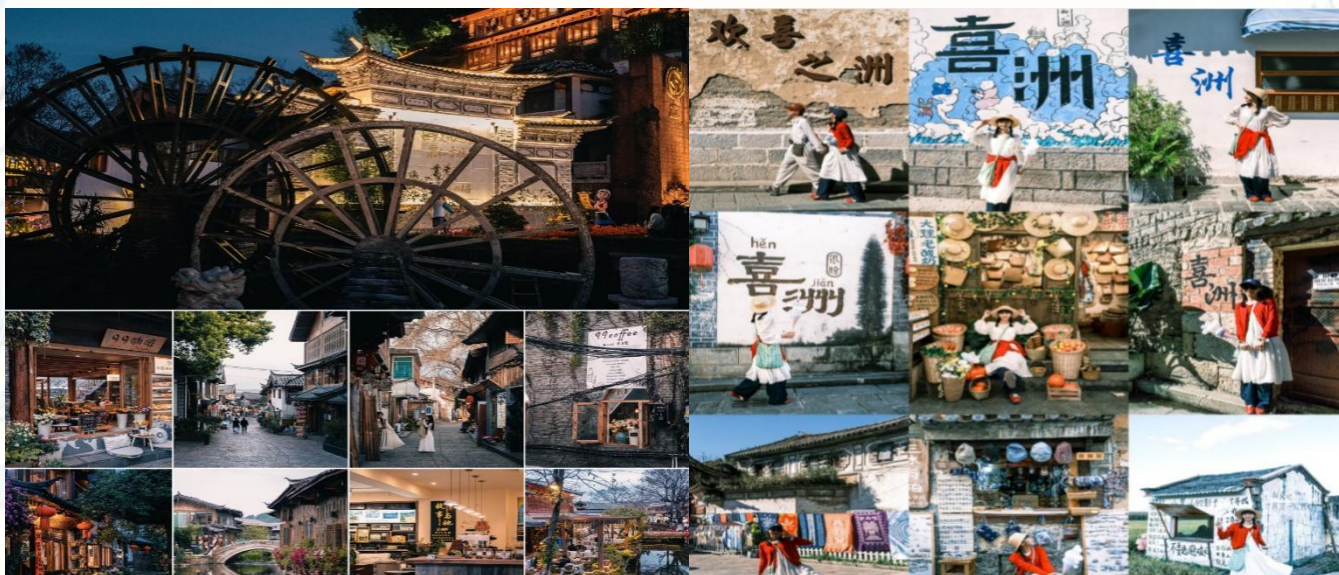
行程亮点

【菌子奇遇记】：了解常见菌类+亲自采摘+动手清洗+现场加工



【三大古镇·Citywalk】• 喜洲古镇+丽江古城+大理古城

古城烟火与田园诗意双体验，在古巷与时光里，定格最美瞬间



【花香丽江·鲜花手作】• 亲手制地道鲜花饼+品玫瑰茶饮

从揉面、包馅到烘焙，把云南的浪漫与花香，吃进心里、带回家。



【白族扎染·手作非遗】•非遗扎染+甲马体验



手工扎染



【网红小马车，一路逛一路拍】•赴一场山野童话



【旅行魔方】•四重体验随心选，青春不设限

A/B/C/D 线任选，自由 DIY 属于你的丽江时光，慵懒逛古城 / 勇攀玉龙雪山/拉市海骑马



十秒读懂行程

时间	行程	住宿
Day1	丽江接机—住丽江	丽江酒店
Day2	非遗扎染体验—喜洲古镇—网红小马车—大理古城——住大理	大理酒店
Day3	菌子王国摘菌子（了解常见菌类+亲自采摘+动手清洗+现场制作+甲马体验）—菌子宴—丽江 de 花（鲜花饼制作+玫瑰茶饮）——住丽江	丽江酒店
Day4	丽江—拉市海景区（含骑马）—拉市海茶马古道—住丽江	丽江酒店

Day5	丽江自由活动	丽江酒店
Day6	送机—返回温馨的家	无

行程安排

	早餐：不含	中餐：不含	晚餐：不含	住宿：丽江酒店
D1	丽江接机—住丽江酒店			
丽 江	<ul style="list-style-type: none"> · 乘机赴素有“东方威尼斯”、“艳遇之都”等美誉的高原城市——丽江，飞机落地【丽江三义国际机场】后专人接机，根据航班到达时间由工作人员统一安排车辆将您送至指定酒店休息。 · 无论是热情好客的当地人，还是不用过滤的新鲜空气，这儿总能给你新的惊喜。在时间尚且充裕的情况下，你可以出门逛逛，走一走丽江的石板路，还可以尝一尝地道美味的丽江小吃~ 			
	早餐：含	中餐：不含	晚餐：不含	住宿：大理酒店
D2	非遗扎染体验—喜洲古镇—网红小马车—大理古城——住大理			
大 理	<ul style="list-style-type: none"> · 早餐后，乘车前往【风花雪月-大理】，体验地道【白族特色手工艺-扎染】拜访苍山脚下的手艺人，体验当地扎染技艺，真正玩转朋友圈。白族扎染全靠手工制作，经过绘图、扎缝、染漂、扎花、碾平...等工序制作而成，真正的保留了纯朴和完全的手工制作。色彩以白、青两色为主色，青白结合就表示“清清白白，光明磊落”。这从一定程度上体现出了白族人淡泊、宽容的心态及对至善人生理想的追求。随后前往游览【喜洲古镇】，喜洲古镇共有明代、清代、民国以及当代各个时期各具特色的上百院白族民居建筑，远远望去，像一座古朴典雅的城池，更像是一座巨大的民居建筑博物馆。那独具特色的造型，那几近完美的结构，都给人一种庄重雄浑而又不失轻巧灵透，古朴典雅而又不乏自由洒脱的质感和美感。随后乘坐【网红小马车】，伴着清脆马蹄声穿行在田园与村落之间，清风拂面、花香随行，一路慢悠悠晃进大理的慢时光。没有拥挤与赶路，只有轻松惬意的沿途风景，随手一拍都 			

是治愈系大片，沉浸式感受大理独有的浪漫与悠闲。后前往【大理古城】（自由活动），来大理，就必须要去逛一下古城，座落在大理坝子中央，是一座历史悠久的山水古城，古老的城墙，井井有条的街道，古朴的白家院落，在这里你才能读懂大理。推荐游览洋人街、人民路及复兴路。之后入住大理酒店休息。

早餐：含

中餐：菌子宴

晚餐：不含

住宿：丽江酒店

菌子王国摘菌子（了解菌子知识+亲自采摘+动手清洗+甲马体验）—菌子宴—丽江 de 花（鲜花饼制作+玫瑰茶饮）——住丽江

· 云南每到夏季都会迎来一场“山珍盛宴”，随着雨季的到来，大量的野生菌纷纷“露面”，又到了云南人“中毒季”。云南的野生菌吃过的都忘不掉那鲜美的味道，可见魔力非凡，今天我们起床后就要去体验一下云南人的夏季快乐。一起【上山去捡菌】温馨提示：采摘菌子每人可免费采摘 500g，超过部分需要付费，但采摘过程中领队会提醒大家已足量，故注意适量采摘哦!!!

专业的领队老师会先带领大家先认识了解云南的常见菌，随后就可以跟随领队老师一起体验采摘，为安全起见，携带工具全程陪同指导讲解并指导采摘。之后领队老师会给带领大家一起体验洗菌子，领队老师会详细讲解洗的过程小技巧，一起动手位为自己准备一道山珍菌宴美食，随后就可以品尝体验一顿【菌子宴】，无论是炙烤还是炒制都别有一番风味，十分美味。走进大山，亲手采摘，零距离感受大自然带来的馈赠与喜悦，直到户外柴火原生食材带来味蕾上的满足，人间烟火，不虚此行才是来云南该有的旅行。等待美食出炉的时间里，还可以继续参与丰富的手作体验，体验【甲马拓印】，能让亲子时光更加充实有趣。从选版、刷墨、铺纸到拓印，亲手完成一幅祈福甲马版画。每一刀雕刻、每一次拓印，都是与古老民俗的对话，带走一份独一无二的大理非遗纪念。游玩结束后，还可到前台领取【伴手礼】，把菌子王国的美好记忆一起带回家。后乘车前往【习总书记考察的温室花卉种植基地】遇见极致浪漫。这里是习近平总书记亲临考察的花卉园，走进总书记走过的花海，感受高原特色现代农业与文旅融合的新亮点。这里是国内乃至东南亚最大的高端玫瑰种植基地，35 万平米的玫瑰四季盛开，令人震撼。走进园区，五彩斑斓的玫瑰竞相绽放，娇艳欲滴，芬芳迷人。【特别赠送亲手体验制作鲜花饼+赠送玫瑰茶饮】鲜花饼制作体验趣味十足，可先挑选新鲜花瓣，将其洗净、晾干，与准备好的馅料混合。接着，在专业指导下，将馅料包入饼皮，捏出漂亮形状。最后放入烤箱，等待香气四溢的鲜花饼出炉，品尝自己亲手制作的美味，感受劳动成果带来的满足。行程结束后乘车返回丽江入住丽江酒店休息。

D3
大
理
|
丽
江

早餐：含

中餐：含

晚餐：不含

住宿：丽江酒店

丽江—拉市海景区（含骑马）—拉市海茶马古道—住丽江

D4
丽

江 · 早餐后，指定时间出发去【拉市海景区】，“拉市”为古纳西语译名，“拉”为荒坝，“市”为新，意为新的荒坝。在这里可以骑马重走茶马古道，体验别样趣味，拉市海作为“生命的摇篮”，其生态环境也十分优美，夏有繁花，冬有候鸟，从古游今，给人一种返璞归真的感觉，让人赏心悦目。

丽江—玉龙雪山云杉坪小索道—蓝月谷—住丽江 (升级此线+100/人)

· 早餐后，指定时间出发去【玉龙雪山】(赠送防寒服+氧气)，怕冷的小伙伴请自行准备羽绒服，也可以到了景区再租赁，我们将乘【云杉坪索道】观赏茂密的云杉树林、高山草甸，还可以观看玉龙雪峰，景色壮观，一览众山小。千年冰川清晰可见，除了观赏玉龙雪山，还可以领略原始森林的奇异和幽静。(如遇旺季限流或索道检修等情况，旅行社安排其他索道或取消索道并退差价)之后前往游览【白水河】、【蓝月谷】，远看似一颗镶嵌在山间的蓝宝石，晴天时河水呈湛蓝色，雨天则变成清澈见底的白色，这里是不能错过的云南小九寨。

早餐：含

中餐：无

晚餐：无

住宿：温馨的家

D5
丽
江

全天自由活动—住丽江

· 今天就尽情享受属于自己的在丽江的闲散慢时光，可以好好的逛一逛【丽江古城】，找一家文艺的咖啡店悠闲的享受娴静的时光，找一家地道的小餐馆，品一品传统民族美食，或是听纳西族阿妈给你讲过去的故事，丽江绝对是你流连忘返的地方~

早餐：含

中餐：无

晚餐：无

住宿：温馨的家

D6
温
馨
的
家

送机—温馨的家

· 酒店享用早餐后，根据航班时间送机提供服务，请根据您的时间做好相应准备。
· 带上自己的全部行李，期待下一次再见!

行程标准

用餐标准：5 早餐 2 正餐，**不吃不退费**。菌子宴 30 元/人，团餐 20 元/人

第一天——不含

第二天——早餐：含 午餐：不含 晚餐：不含

第三天——早餐：含 午餐：菌子宴 晚餐：不含

第四天——早餐：含 午餐：团餐 晚餐：不含

第五天——早餐：含 午餐：无 晚餐：无

备注：如儿童不占床，需按照当地实际产生费用自理早餐费！

丽江大理网评 3 钻/3 星酒店

【第一天】丽江酒店：高球之家、臻选之家、玉龙国际、维嘉国际、御隆湾、博瑞、格丽、倍思丽、爱这山、比那多、华盛酒店，观光酒店，栢雅朵、艾丽、曼格拉、吉福特、吉钰或同级

【第二天】大理酒店：沧海雅园、顺兴、锦江之星、维也纳、风翔、盛庭或同级

【第三天】丽江酒店：高球之家、臻选之家、玉龙国际、维嘉国际、御隆湾、博瑞、格丽、倍思丽、爱这山、比那多、华盛酒店，观光酒店，栢雅朵、艾丽、曼格拉、吉福特、吉钰或同级

【第四天】丽江酒店：高球之家、臻选之家、玉龙国际、维嘉国际、御隆湾、博瑞、格丽、倍思丽、爱这山、比那多、华盛酒店，观光酒店，栢雅朵、艾丽、曼格拉、吉福特、吉钰或同级

【第五天】丽江酒店：高球之家、臻选之家、玉龙国际、维嘉国际、御隆湾、博瑞、格丽、倍思丽、爱这山、比那多、华盛酒店，观光酒店，栢雅朵、艾丽、曼格拉、吉福特、吉钰或同级

备注：如遇特殊原因，不能安排备选酒店时，我社有权安排同级别、同标准的其他酒店。

酒店加床位正常床。

匙牌押金及酒店内消费客人自理（若参考酒店没有房可调整为同等级酒店）



接待标准
Reception

- 1、住宿标准：全程指定酒店
- 2、用餐标准：5 早餐 2 正餐，**不吃不退费**。菌子宴 30 元/人，团餐 20 元/人
- 3、交通标准：起始地飞机往返，专人接送机。按人数用车，确保每人一正座。
- 4、安全标准：旅行社为游客购买云南旅游组合保险（旅行社责任险）

温馨提示：

采摘菌子每人可免费采摘 500g，超过部分需要付费，但采摘过程中领队会提醒大家已足量，故注意适量采摘哦！！！！

费用不含：蓝月谷电瓶车 40 元

- ◆ 行程内所含景点及赠送项目，如游客自愿放弃，费用将不退还。因自身原因导致不去的，门票为打包套票不退
- ◆ 18 周岁以下未成年人，自我约束能力差，参团安排正常年龄游客陪同；云南为高原地区，65 周岁以上群体参团必须有正常年龄游客陪同；不建议 65 岁以上老人参团，如需参团，请一定做好身体检查，出示医院健康证明，并填写《参团免责声明》。出团时成人必须携带有效期内身份证原件，16 岁以下儿童必须携带户口本原件，婴儿携带出生证明。超过 16 岁未办理身份证的，请出发前办理二代身份证，凭办理身份证回执单可在机场办理临时身份证明乘机。
- ◆ 云南地处高原地区，请注意高原反应，有高血压或心脏病等容易诱发的疾病的游客慎行。高原地区紫外线照射较强，建议您携带好太阳镜、防晒霜、润肤乳、太阳伞、遮阳帽等物品（即使阴天情况也请您作好防晒准备）；旅途中很多景点游玩，都是要靠步行完成，准备一双舒适透气的旅游鞋是必要的选择。
- ◆ 为避免出现饮食问题，请您在自行品尝美食时，选择正规的餐饮场所；云南少数民族众多，当地民族饮食独成特色，口味偏重，偏辣和偏酸，素菜讲究原生态的做法，很多蔬菜的做法仅用清水煮后，蘸酱而食，乃当地饮食一大特色。
- ◆ 在自由出行时，请您保管好个人财物，注意人身安全。
- ◆ 离开酒店前，请检查好个人行李物品和证件是否带齐，以免给您造成不必要的麻烦。
- ◆ 在拍照、摄像时注意来往车辆和有否禁拍标志，不要在设有危险警示标志的地方停留，不要专注于眼前的美景，而忽略了身边或脚下的危险。
- ◆ 云南地处边陲，个别地区设施与大都市相比存在较大差距，请您谅解并作好心理准备。旅游



温馨提示

是一次愉悦身心的体验，请您保持快乐的心态，将身心投入美伦美幻的景色和那多彩的民族风情中。

- ◆ 注意航班时间，考虑到交通等不可预估因素，请提前到机场办理登机手续，以免延误航班。在返程前，请关注目的地当日气候状况，下机前做好添减衣物的准备。

24小时服务电话：027-81889166 微信/服务号：81889166 网址：www.81889166.com