

冬季旅游热门地点推荐

随着冬季的到来,气温逐渐走低,一部分公司员工抢搭休年假“末班车”,旅游市场人气开始回升。冬季国内旅游市场呈现“南方热”的特点,价格上也比旅游旺季下降一至三成。业内人士分析认为,12月份可称之为一年当中最后一个出游淡季,提醒不喜欢拥挤的市民不妨及早制订旅游计划,及早成行,以免“撞”上元旦、春节旅游高峰期。

云南游旅游攻略

交通方式:飞机 时间:5天 参团参考价格:3200元左右

DAY1:烟台—昆明

乘飞机抵达昆明。昆明无愧于“春城”这一雅称,四季如春,夏天避暑,冬天避寒,无论从哪个角度看昆明,一定是春光明媚、晴空幽碧。太阳肆意地迸发着耀眼的光,迎着每一位在这座城中漫步的人。在昆明转一天,可以去石林转转,也可以去金马坊。

DAY2:昆明—大理

可以做夜班列车去大理,卧铺睡一宿,第二天早上天亮的时候就刚好到了大理。在大理古城里走走,爬爬苍山,寻找段家皇室的印记,看看有名的三塔,吃吃云南小吃,过过“风花雪月”的生活。

DAY3:大理—双廊

双廊风光以背负青山,面迎洱海,紧连鸡足,远眺苍山而独秀,依山伴水,风光旖旎,如同一幅宁静和谐的美丽天然图画。素有“大理风光在苍洱,苍洱风光在双廊”的美誉。不妨在南诏风情岛呆一天,面对的是这样的

景致:阳光勾勒出了苍山的脊梁,也溶解了冬晨的寒意。

DAY4:双廊—下关—香格里拉

香格里拉是高原上的一颗明珠。来自全球的行者都在寻找心中的“香格里拉”。当看到一排排高耸的青稞架,你已经来到了香格里拉。去“小布达拉宫”松赞林寺,默念六字真言,虔诚地转动世上最大的转经筒。

DAY5:香格里拉—虎跳峡

香格里拉住上一晚,起床后可以逛逛普达措国家公园等景点,然后出发去虎跳峡。这段路相当壮观,建议请一位当地的司机,在山道上各种漂移过弯,你会感觉到什么才是真正的“过山车”。因为当地司机的驾照都是在山路上考的,所以技术都是过得硬的,可以放心。



昆明



香格里拉



西岭雪山



九寨沟

四川游旅游攻略

交通方式:飞机 时间:5天 参团参考价格:3200元左右

DAY1:烟台—成都

早晨首先到位于青羊区的宽窄巷子走一走。这是一个规模较大的清朝古街道,在这里你可以触摸到历史的痕迹,也能体味到成都最原汁原味的休闲生活方式。当你伴着晨光走在朝霞中的巷子里,一种久违的老城区市民生活场景便会一一浮现在眼前,亲切而陌生。接着乘坐公交车前往不远处的川西第一道观——青羊宫。它坐落在成都市西南郊,保藏有当今我国道教典籍保存最完整的《道藏辑要》,极为珍贵。宫内常年香烟缭绕,铃声悠悠,人潮涌动。

吃过午饭后继续向西走便可到达伟大诗人杜甫流寓成都时的故居——杜甫草堂。曾经的茅草屋如今已演变成一处集纪念祠堂格局和诗人旧居风貌为一体的博物馆,建筑古朴典雅、园林清幽秀丽的著名文化圣地。正门匾额的“草堂”二字还是清代康熙皇帝第十七子果亲王爱新觉罗·允礼所书写的呢!

DAY2:成都—西岭雪山

早晨从成都出发,可以坐旅游专线大巴车或者包车前往西岭雪山,全程不到100公里,两个小时左右到达。接着便直奔西岭雪山滑雪场,体验这里最有特色的滑雪运动。如果您有勇气又感兴趣的话,可以尝尝其他丰富多彩的雪上活动,比如雪上飞伞、高空热气球、雪地摩托等,绝对会让您大呼过瘾。

回程时可以选择乘坐全长1500米的不锈钢槽式观景索道,只需40分钟便可尽情领略西岭雪山原始古朴的自然风貌,感受穿越时空隧道般的刺激与神秘。滑雪后可以到位于白沙岗一带的“阴阳界”游览。它既是山峰,又是两种截然不同气候的分水岭。一边是晴空万里,湛蓝蓝天;一边是云蒸雾涌,朦朦胧胧,一定会带给你无限神秘的遐想。

DAY3:九寨沟

首先来到位于九寨沟大门的树正群海。这里有40多个湖泊,犹如40多面晶莹的宝镜,顺

沟叠延五、六公里。水光潋滟,碧波荡漾,鸟雀鸣唱,芦苇摇曳。一路走来,你会一路惊奇,一路赞叹。向南继续走可以来到中国最宽的瀑布——诺日朗瀑布。瀑布对面建有一座观景台,你可以站在台上将瀑布的全景尽收眼底。

附近便是景色千变万化的日则沟景区了。在这里,你会发现四周林木遮天蔽日,藤蔓纵横,因为山高谷深,所以阳光要很晚才能照射到这里,因此便显得有些神秘莫测。

吃完午饭去游览被誉为“九寨沟一绝”的五花海了。它的得名源于在同一水域却可以呈现出浅红、鹅黄、墨绿、深蓝、宝蓝等不同的颜色,斑驳迷离,色彩缤纷。

DAY4:九寨沟—峨眉山

来到峨眉山,首先当然要去见识一下“峨眉灵猴”。它们生长在峨眉山上,也因此而深得天地之灵气,不但精通各种攀援跳跃的绝技,而且见人不惊,擅长与过往行人嘻哈打闹。如此富有灵性的猴群共同组成了目前国

内最大的自然野生猴区。下午与灵猴嬉戏玩闹累了可以到位于牛心岭黑白二水汇流处的清音阁游览。如此诗意的名字得益于晋人左思的诗句:“何必丝与竹,山水有清音。”它集中了视觉美、听觉美、嗅觉美,被古今游人誉为“峨眉第一风景”。

DAY5:峨眉山—乐山

上午先到迄今为止世界上最大的一座石刻佛像——乐山大佛。它就坐落在岷江、青衣江、大渡河汇流处的岩壁上,为一尊大弥勒的坐像。远远望去,大佛头与山齐,足踏大江,双手抚膝,大佛体态匀称,神势肃穆,依山凿成,临江危坐。也许不是很多人知道,乐山除了有坐佛,还有一尊巨型睡佛。它就在乐山大佛外围,由几座山体组成。下午不妨到位于东岸的乌尤寺观赏一番。寺庙的开山祖师是唐代僧人惠净,禅师结茅山中,十年不下山,于是修建了这座寺。寺中还有罗汉堂等许多楼阁殿宇,绿瓦红墙,掩映其间,景色佳丽。

如何解除飞行疲劳症

现在很多人选择飞机作为旅行的交通方式。但是长期飞行很容易有疲劳感产生。以下这些运动可以消除疲劳感,并且均可以在你的座位上进行,而且不会对你的同机旅伴造成不便。身体要坐直,呼吸要均匀,然后缓慢做下述运动:

◇头慢慢偏向左侧,保持5分钟,随后慢慢偏向右侧,保持5分钟,回到原位,做5次。

◇下巴慢慢贴近胸口,保持5分钟,回到原位,做5次。

◇左耳贴近左肩,保持5分钟,右耳贴近右肩,保持5分钟,回到原位,做5次。

◇旋转左肩10次,旋转右肩10次,双肩向前旋转5次,双肩朝后旋转5次。

◇双手向前伸直,握成松驰拳头,快速张开和握紧10次。

◇双手向前伸直,握成松驰拳头,旋转左手5次,旋转右手5次,双手一起旋转5次。

◇收紧臀部,保持5分钟放松,做5次。

◇双腿伸出,左脚向前伸直,上下移动左脚,回到原位,右脚向前伸直,上下移动右脚,回到原位,做10次。

◇举起左脚,按顺时针方向和逆时针方向各旋转5次,左脚放回地面,右脚按同样要求各做5次。

◇双脚慢慢朝内合拢,使大脚趾相互触及,用劲挤压,保持5分钟,放松,做5次。

旅游防“宰”术

在旅途中,游客被“宰”事件时有发生。当合法权益受到损害时再进行投诉,就显得被动了。如掌握一些旅游常识,学“精”一点,即可避免被“宰”。

首先,切莫轻信天花乱坠或闪烁其辞的广告宣传,随团出游必须选择透明度高、信誉佳、服务好的旅行社。这样,你的行程就有保障。否则,按计划乘坐的豪华大巴就可能成为普通客车,下榻的星级宾馆改为入住招待所,六菜两汤变为四菜一汤。国内外都有不少大景区小景、大园串小园的景区,进大门须购门票,看小景也得买票,有些门票是游客自理的。对此,你应酌情考虑,若不感兴趣或认为无观赏价值的景物,敬而远之。盲目漫游,腰包再厚也很快会被掏空。

旅游购物,更要小心谨慎。对于景区内及路边小店的土特产、纪念品,最好不要买或少买。若决定购买,则应货比三家,讨价还价,才不致于吃亏。因为,景区内和路边小店出售的物品,价格一般比当地市镇商店的标价贵得多。假如你喜欢随大流,凑热闹,显阔气,出手大方,那就“宰”你一刀没商量。

在游览时,总会有摄影师拎着相机主动前来为你拍照。如果你不婉言谢绝,那么,当离开观光场地时,这些先生、小姐会准确地把吊着你头像小照的钥匙圈交给你。当然,索价也会吓你一跳。此时此刻,想后悔都来不及了。