

四姑娘山 四日游

欣欣官方旅游攻略

- 2013版 -



行程标签：

长坪沟 夹金山 双桥沟

骑马 海子沟 泸定桥



欣欣旅游
www.cncn.com

四姑娘山 4 日自助游行程攻略

目的地：四姑娘山 行程天数：4 天 适合人群：年轻人（四姑娘山属于高海拔地区）

出游难度：轻松舒适（用四天时间往返成都和四姑娘山之间，可以基本上全面的游览四姑娘山。）

花费预算：1200—2000 元

行程标签：泸定桥 丹巴 四姑娘山 长坪沟 日隆镇 双桥沟 藏寨民族风

攻略说明：以上价格和时间仅限参考，由于线路较多未能及时更新，请以咨询为准！

参考行程

A 线——丹巴、四姑娘山 4 日行程

DAY1 雅安→泸定桥→丹巴

早成都出发，沿途观川西平原风光，经雨城雅安，游大渡河大桥（江泽民题词）观峡谷风光抵泸定，游泸定桥，后沿大渡河逆流而上（经瓦丹路）前往有中国最美丽乡村之称的——丹巴。

备注：成都—丹巴全程 420 公里，行车时间在 9—10 小时。其中成都—雅安为高速，其他为一级柏油路面，泸定至丹巴在修路，路面比较颠簸，有交通管制（通行时间：早 7—9 点，中午：12—13 点，晚：17—20 点，其他时间不能通行）泸定桥门票 10 元/人；游玩时间为：40 分钟左右

DAY2 四姑娘山→长坪沟一日游→日隆镇

早餐后丹巴出发，前往四姑娘山：游览长坪沟（全程 29 公里）主要景点有：参观喇嘛寺遗址、头道坪、二道坪、唐柏古道、枯树滩、藏族村寨、两河口、红石镇、木骡子、蘑菇石、骆驼峰等景点，在沟里可自费骑马游览。晚上可举行隆重的嘉绒藏族锅庄烤羊晚会

备注：丹巴—日隆 110 公里，行程约 2.5—3 小时，现在在修路。路面有点颠簸，长坪沟全长 29 公里，观光车费：（从检票口到喇嘛寺）30 元/人；一般游玩前面 10 公里，游玩时间一般为 6 小时左右。里面可以步行，也可以选择租骑当地马匹（骑马费为：50—200，客人自行选择）（请注意安全，一定要到马匹公司租用含保险的马匹，不得在外面私自租用没有保险的马匹）；

户外游览时间较长，日照充足，紫外线较强，请备好太阳镜，太阳伞、防晒霜等物品；请遵守景区管理制度，禁止抽烟、乱丢垃圾，违者最低罚款 500 元起，四姑娘山景区海拔 2500-3800 米，游览时请选择从海拔高的景点往下步行，不要做剧烈运动，以免高原反应；晚餐后可以参加有浓郁藏家风情的藏家烤羊晚会 120 元/人

DAY3 双桥沟一日游→丹巴

乘观光车游双桥沟(观阴阳谷、五色山、日月宝镜岩、人身果坪、沙棘林道、猎人峰、牛棚子、牛心山等景点,中餐后乘车前往丹巴,可以自费游玩甲居藏寨。

备注:双桥沟全程 34 公里;乘观光车游玩,一般游玩时间为:3 小时左右;观光车费:80 元/人;景区内,每个景点都有一个观光车上下的车站,请在车站坐车,每辆观光车都有讲解导游,甲居藏寨费用 80 元/人,游玩时间为 1.5 小时左右

DAY4 二郎山→回家

早餐后丹巴出发,经瓦丹公路到达泸定,沿途可品贡嘎山牦牛肉店、参观甘露大药房、都乐刀店,后穿越全国海拔最高的二郎山隧道,历经阴阳两重天,经雨城雅安、成都后翻越二郎山到达雨城——雅安,后返回成都。结束愉快行程!

被英瞄援狂物恒进半复固钻摸英监指侍签谣(令三英瞄命亡轻什侍县线)

B 线——四姑娘山纯玩四日游

DAY1 成都--雅安--康定 (510KM 车程约 9 小时)

早上从成绵广高速、成雅高速公路到达"雨城"雅安,沿秀美的青衣江直上,到达国内最长的公路隧道-二郎山(4172 米),历阴阳两重天后到达大渡河河谷(川西最大最深峡谷),参观大渡河泸定桥,到达甘孜州州府康定古城。

住:康定

DAY2 康定——四姑娘山 (196KM 车程约 5 小时)

早餐后康定出发经丹巴前往四姑娘山,途中经有浓郁藏族特色的谷咂乡,观世界罕见、规模宏大,距今已有千年历史,全国之最的碉楼群,寻找丹巴美女。下午抵达四姑娘山,晚餐后入住酒店。

住:四姑娘山

DAY3 四姑娘山——双桥沟——长坪沟

早餐后前往长坪沟,乘景区观光车(车费 20 元)前往长坪沟,此沟仅供骑马或徒步旅游,让您亲自体验骑马穿越原始森林、穿过小溪、遥望雪山,当然比较艰苦,在此沟内可以看到大姑娘、二姑娘、三姑娘及四姑娘山,另可观赏到枯树滩、唐蕃古道、擂鼓岩、头道坪、二道坪、藏族村寨,后乘车前往双桥沟内游览(观光车票 70 元/人),观阴阳谷、五色山、日月宝镜、人参果坪、沙棘林栈道、撵鱼坝、猎人峰、牛棚子、牛心山、阿妣山、野人峰等。下午乘车前往丹巴。

住：丹巴

DAY4 丹巴—泸定—雅安—返广元（单程 634 公里，约 11 小时左右）

早餐后，游览当地很有特色的古碉楼及藏寨及丹巴风情，还可以跟丹巴美女合影留念。体验当地淳朴的民俗风情；而后乘车离开，经过泸定大渡河，沿雅安成都返回广元结束愉快四姑娘之行。

被英瞄援狂物幻允斑盾固钻攢英监指侍签谣（令三英瞄命亡轻什侍县线

自助游必备工具 TOOL



打折机票



火车查询



公交查询



特价酒店



优惠门票



天气查询