





泰山行（待完善v1.0） | 共计三天

 目的地：山东泰安·泰山风景区

 日期：2025-10-6 | 2025-10-8

一行前准备清单

1.1 登山装备：

- ☒ 身份证
- ☐ 适量现金
- ☒ 充电宝
- ☒ 登山包
- ☐ 手机防雨套
- ☐ 冲锋衣
- ☐ 军大衣（山顶可租）
- ☒ 登山鞋
- ☐ 登山杖
- ☐ 护膝（下山保护）
- ☒ 防晒霜
- ☒ 帽
- ☐ 5元纸币
- ☒ 一次性雨衣
- ☐ 鞋套

1.2 补给：

- ☒ 水、少量食物（沿途有售）

- ☐ 应急药品：创可贴、云南白药、退热贴

1.3其他准备:

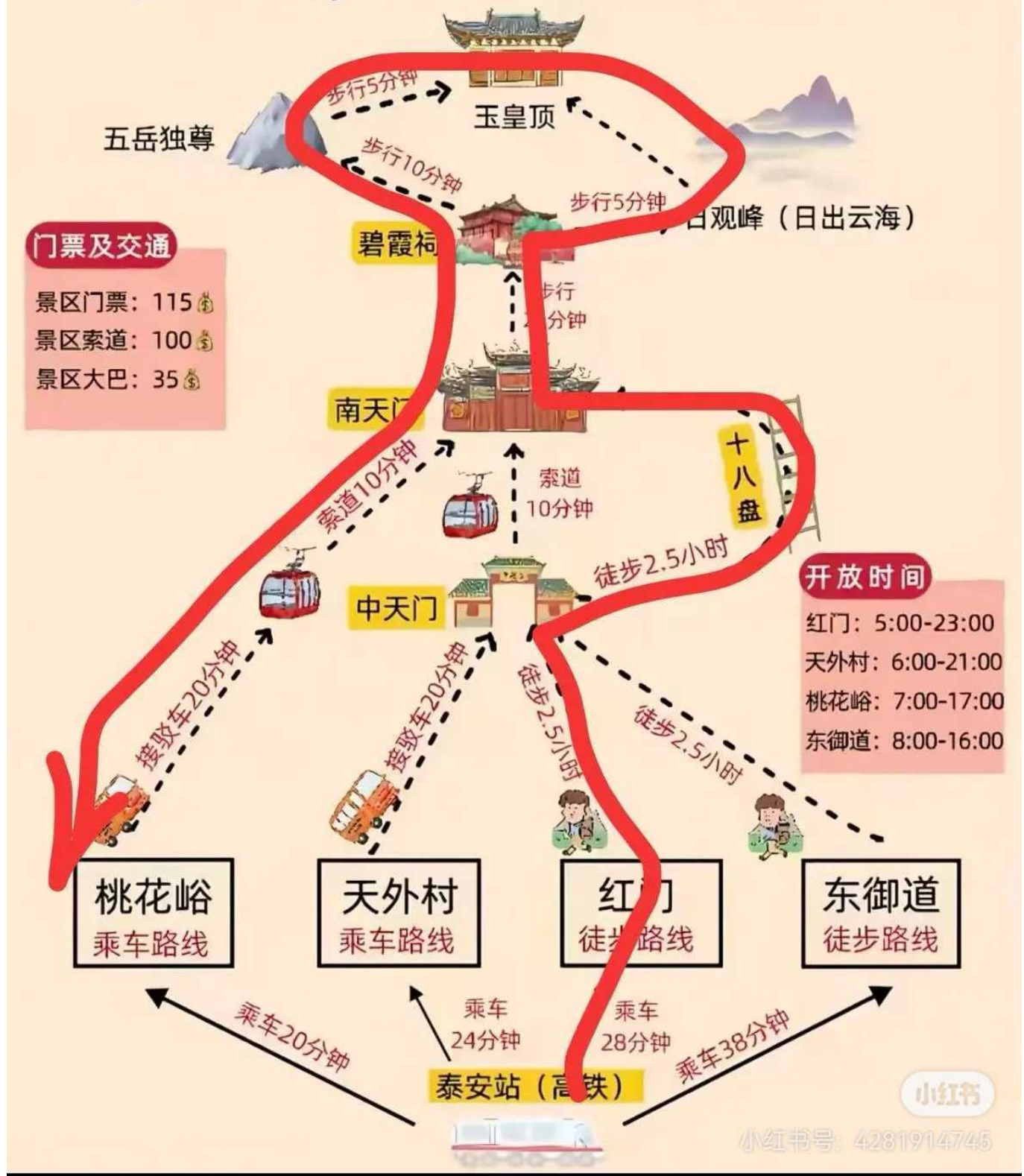
- ☐ 公众号预约购票，景区门票+索道票/车票务必在泰山景区官方微信公众号上抢，提前7天，115元/人
- ☒ 天气！！天文通APP 看泰山顶天气精准！
- ☒ 保暖！山顶比山下冷得多，风大！
- ☒ 日出人潮！无论山上山下住，看日出都是人山人海，尧观顶/后石坞人相对少些。
- ☒ 索道时间

名称	时间
中天门	6：00——18：00
桃花源	6：00——17：00
后石坞	8：00——16：00

- ☒ 保存救援电话：0538-96008888

二 路线

泰山线路图攻略



2.1 上山:

- 路线1: 红门游客中心->中天门->十八盘->南天门->玉皇顶 (全程徒步) 耗时: 6小时 (建议预留4-6小时)


- 路线2：天外村又可中心->龙调水萍->白龙池->黑龙洞->竹林寺->黄西河水库->扇子崖->傲徕峰->中天门->索道->南天门->玉皇顶 特点：省时省力


2.2下山:


- 1.桃花峪索道：人少，景色好。下山后打车30分钟可达岱庙
- 2.中天门索道：排队人多，离岱庙近（5点关闭）








2.3观景精华


景观	图片
尧观顶 (玉皇顶西侧)：绝佳观云海地点！视野开阔，人相对少	

景观	图片
	

<p>景观</p>	<p>小红书号 126449127</p>
<p>玉皇顶： 泰山极 顶，标志 性打卡地</p>	
<p>日落：若 天气好且 时间充 裕，在山 顶看日落 非常美</p>	

景观	图片
	
岱庙宋天 祝殿壁画	

景观	图片
	<div data-bbox="331 199 691 611"></div> <div data-bbox="711 199 1058 611"></div> <div data-bbox="1078 199 1439 611"></div> <div data-bbox="331 633 1439 1321"></div> <div data-bbox="331 1344 691 1680"></div> <div data-bbox="711 1344 1058 1680"></div> <div data-bbox="1078 1344 1439 1680"></div>

景观	图片
	

三 美食

- 糝 (san) 汤
- 三东炒鸡（推荐：山东炒鸡，黄瓜拌油条？，风味茄子等）
- 康师傅烧烤（距离稍远）
- 煎饼

四 交通

- 打车

五 住宿

5.1 民宿类：

景观	图片
----	----

景观	图片
尧观顶 (玉皇顶西侧)：绝佳观云海地点！视野开阔，人相对少	
玉皇顶：泰山极顶，标志性打卡地	
日落：若天气好且时间充裕，在山顶看日落非常美	
岱庙宋天贶殿壁画	

5.2酒店类：

名称	地址	价位	优点	缺点
泰山宝盛大酒店（五星）	万达广场/宝盛广场附近	¥300-700	性价比高（300+享五星），2017年开业设施相对新，繁华商圈	离登山口较远（7公里，车程20分钟）
泰安富力万达嘉华酒店（五星）	万达广场核心区	¥600-900	泰安最高端酒店，智能马桶/加湿器/现煮早餐，泰山站对面（3分钟）	价格偏高，2015年开业略旧