

# 🚵 泰山行(待完善v1.0) | 共计三天

₱ 目的地:山东泰安.泰山风景区 罚 日期:2025-10-6 | 2025-10-8

### 一行前准备清单

#### 装备及补给

项目	状态	备注	项目	状态	备注
身份证	<b>&gt;</b>		登山杖	X	山下可买
充电宝	1		护膝	X	下山保护
登山包	1		防晒霜	1	
登山鞋	1		帽	1	
一次性雨衣	1		5元纸币	×	
适量现金	X		鞋套	×	
手机防雨套	X		应急药品	×	创可贴/云南白药/退热贴等
冲锋衣	X		水、少量食物	1	沿途有售
军大衣	Х	山顶可租			

#### 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



图一: 路线示意图

#### 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



图二: 尧观顶 (玉皇顶西侧): 绝佳观云海地点! 视野开阔,人相对少



图三:玉皇顶:泰山极顶,标志性打卡地



图四:日落:若天气好且时间充裕,在山顶看日落非常美



图五:岱庙宋天贶殿壁画

## 三美食

- 糁(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:

名称	地址	价位	优点	缺点	图片
花 奢 泰 蓝 花 宿	红门 登口东 公里	¥400- 600	2019年开业,靠 湖景,设施新且 干净	离登山 口较远 (约2公 里)	
尚泉 历舍	红罗崖票对门汉售口巾	¥400- 800	位于泰山半山 腰,群山环抱, 2020年开业设施 新,直接连通登 山步道	位置偏 僻,去 其他地 方不便	
曳尾 山宿	环路牛大东	¥388- 2533	独立小院有老家 氛围,提供早 餐,带泳池/儿童 乐园	夏季蚊 虫多, 离商圈 较远 (3.9公 里)	
麓垚 山居	箭杆 峪 199 号	¥207- 561	距红门最近的品 质民宿(680 米),草坪花 园,免费停车场	早餐需 看房 型,设 施较基 础	

名称	地址	价位	优点	缺点	图片
泰山 官岭 民宿	环路 77 号内北	¥266- 656	园林风格设计, 服务热情,含早 餐,茶室/棋牌室	无特别 明显缺 点	

### 5.2酒店类:

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