

# Chengdu

# 成都

## 麻辣川香芙蓉城

• 18位骨灰级玩家联合打造 • 漫步春熙路，打望川妹子 • 逛灯会，穿蜀绣，品尝鸳鸯火锅





# 成都 · 攻略

——麻辣川香芙蓉城

## 关于 · ABOUT

“蓉城”成都，自古便有“天府之国”的美誉。“九天开出一成都，万户千门入画图”，在中国偌大的历史版图上，成都是惟一建城以来城址以及名称从未更改的城市。这座西南重镇，巴蜀之都，历代都是西南的政治、经济、文化中心和长江流域的重要城市。

成都是一座来了就不想离开的城市，她的生活节奏保持在一个极为人性化的速度上。成都人常挂在嘴边的“巴适”是舒服合适的意思，满城的茶馆正是这座城市悠闲的气质的最好体现。闲适的生活节奏是这座城市的名片，而满街的川菜馆、火锅店、小吃店更是让人流连忘返的罪魁祸首。成都，仿佛一张柔软的沙发，仓促的步履行到此处便不禁放缓，不禁自拔的陷进温柔乡的怀抱。

成都可能是你前往九寨沟、泸沽湖、稻城亚丁等地的中转站，但是他绝对不只是一个交通枢纽。雪山、大河、藏区离得如此之近，在这里，只要你愿意，就可以穿越贡嘎雪山，就可以领略三星堆的神秘，就可以在康巴的转经筒前许下今生的诺言。来到这座城市，与其忙于参观城内外的景点，不如在其中悠闲的享受着生活，不如将自己抛向遍布风霜的征途。

## 目录 · CATALOG

概述	01
亮点	02
有问必答	03
线路推荐	03
景点	04
活动	05
住宿	05
餐饮	06
购物	07
交通	09
实用信息	10
更多路线	10
背景	14
跟着他们去旅行	15



宽窄巷子 by luckylyx66

## 心愿单 · I WANNA.....

### 成都那些不可错过的小事

- 1 品味慢生活：坐在街边茶馆里泡一壶茉莉花茶
- 2 去传说中的九眼桥区酒吧来一段艳遇
- 3 去大熊猫繁育基地看可爱的国宝
- 4 逛春熙路，看成都美女
- 5 吃一顿麻辣火锅

## 印象 · IMPRESSION



ligal1003

在中华大地的版图上，记载着一个奇迹：一座连续3000年都没有迁移过的城址，也没有改变名称的城市。这座卓尔不群特立独行的城市，就是成都。

——《不一样的成都》



早安114

我像个老成都人一样，慢悠悠的在这座城市里体会它的休闲和安逸。本来我是个急性子的人，但是在蓉城已经被磨出了严重的拖延症。

——《成都、青城山都江堰、熊猫基地5日游》

## 亮点 · HIGH LIGHTS

### No.1 茶馆与麻将，最成都



喝茶 by luckylyx66

安逸悠闲的成都，没有太多的灯红酒绿，没有过分的纸醉金迷，踏踏实实成都人喜欢在茶馆和麻将桌前享受巴适的生活。在哗啦的麻将声中，在芬芳的茉莉花茶的香气里，才是真正的天府之国。

### No.2 到大熊猫基地看国宝



淘气熊猫 by 散石4005

川西的高山深谷、茂林修竹之中，正是国宝大熊猫的故乡。这里常年圈养着20余只大熊猫、小熊猫以及黑颈鹤和白鹤等珍稀动物。在馆舍里，草坪上，大熊猫或卧或坐，或饮或嬉，各得其所，令人陶醉。

### No.3 川菜——天府之国的馈赠



蜀九香火锅 by namik\_ercan

川菜无疑是这座“美食之都”最响亮的招牌，走在成都的大家小巷，仿佛每家店都有千万只无形的手要把你拖进里面，话不多说，直接上菜，必尝的美食有：陈麻婆豆腐、双流兔头、夫妻肺片、二姐兔丁、传统锅魁、担担面、龙抄手、钟水饺、韩包子、叶儿耙、甜水面、三大炮、冒节子肥肠粉、冒菜、串串香、钵钵鸡、谭豆花、伤心凉粉、芋儿鸡、老妈蹄花、王妈手撕烤兔……

### No.4 春熙路打望成都粉子



春熙路 by 翟猫猫不宅

男人打望，养眼阳神。成都粉子，貌美如花。在“众人熙熙，如登春台”的百年春熙路，如织的美女让春熙路有“一街独秀”的美称。温润的天府之国盛产美女，在春熙路这样一个时尚圣地，自然集结了打望的天时地利与人和，成都男人们的幸福，你去你也懂。

### No.5 宽窄巷子，老成都的遗存



宽巷子 by Moo\_木

宽巷子、窄巷子、井巷子，汇聚了最成都、最市井的民间文化，体味的是老成都的慢生活。宽巷子的“宽”是逍遥人生的印记，窄巷子的“窄”是安逸生活的回忆；逍遥安逸，行云流水，顺其自然的生活态度，是成都人的精髓。宽宽的窄巷子，窄窄的宽巷子，经历着历史的风雨，细细密密的述说着成都的旧事和如今。

### No.6 藏族街——成都的多样文化



momo by ounijiangshine

四川少数民族众多，成都也居住了不少藏族人。在成都的武侯祠东街集中了很多藏族人开的商店及餐厅，藏族氛围浓厚。既可以买到藏饰、藏服、南亚的商品以及佛珠等。尤其坐在几乎没有汉族客人的藏餐厅吃momo、喝到甜茶时候，有种身在拉萨的感觉呢！



## 有问必答 · FAQ

### 问：什么季节去比较好？

春秋两季是成都旅游的黄金季节，既没有夏天的闷热，也没有令人生畏的寒意，气温舒适，降水适中。也是欣赏成都周边山水景色的好时间。

### 问：住宿是否需要提前预订？

成都市的住宿接待能力很强，高中低档的宾馆旅舍应有尽有，只有在节假日期间，客流非常集中的时间才会出现爆满情况，这种情况下还是提前预定为妙。

### 问：饮食是否能适应？

成都是美食的天堂，川菜小吃应有尽有，琳琅满目，非常值得敞开肚子，大吃一场。川菜以麻辣口味为主，充分刺激味蕾，并且用油较多，如果吃不惯，其他口味的饭店也可很方便地找到。

### 问：成都是不是很潮湿？

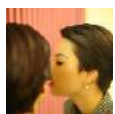
成都属于盆地，全年大都是阴天，终年比较湿润，所以成都人喜爱吃辣椒，发发汗，去去潮气。成都夏天的气温不是特别高，但是空气湿度较大，是闷热的感觉。成都出美女，也与这里的气候有很大关系。

### 问：成都的消费水平高吗？

作为西部的中心城市，成都的消费水平适中，景区消费较高。



杜甫草堂 by luckylyx66



nikovnz

成都的空气里的湿湿比江南的潮湿要舒服，皮肤变好，心情也好，养人的好地方啊，跪在竹椅上，仰望天空，天很亮，到处都有光，亮堂堂的，能看见云很频繁的飘动着，深吸一口气，呼出，感受城市带给你的味道，属于成都的味道，不舍得离开。

——《那一年的青藏川，那一年的你和我》

## 线路推荐 · SCHEDULE

### 天府一日游

成都这座城市，适合旅游，适合休闲，适合发呆，最不适合是走马观花，这和北京等城市很不一样的，如果选择在成都度过一天，最好不要抱着赶场子的心情，慢慢游览，体会这座城市的繁华与安祥，体会当地人民悠闲慵懒的生活节奏，这样才是不虚此行。

#### D1 杜甫草堂-武侯祠-锦里-望江楼公园 -宽窄巷子-春熙路

一天的旅程开始在杜甫草堂，寻觅那不散的诗魂，然后依次游览武侯祠，这里有原汁原味的老墙，踏在青石板上慢慢回忆童年往事。

去锦里把午餐问题解决，然后开始悠闲的享受午后阳光！

下午到达望江楼公园，喝着盖碗茶，摆摆龙门阵。这就是成都人的慢生活。傍晚的宽窄巷子清新文艺，夕阳下的老城区悠然而又温馨。

晚上来到春熙路附近。在体验春熙路、华兴街的盘飧市、华兴街煎蛋面、钟记肥肠粉、冒牌火锅菜，感受一下火辣的四川、火辣的成都。



星安114

大学生涯结束，飞到天府之国，来一场安静的毕业旅行。这次无心的旅行，让我彻底爱上这个城市。并且在此定居。张艺谋说，这是一座来了就不想走的城市。

——《成都、青城山都江堰、熊猫基地5日游》

### 闲适两日游

成都是正牌的天府之国，美景美食美人皆多！闲适的生活环境，让你懒到自己都没有察觉。在成都，慢慢看，慢慢逛，慢慢听，慢慢的享受。如果有两天的时间，可以慢慢享受在成都的生活，行程不需要安排的很满，怀着悠闲的心情走在成都的大街小巷，饿了在街边品尝最优的成都小吃，累了去宽窄巷子挑一家茶馆坐下来品一壶好茶。这座城市的每一刻时光都是用来享受的，无需匆忙。

#### D1 杜甫草堂-武侯祠-锦里-望江楼-宽窄巷子

一天的旅程开始在杜甫草堂，寻觅那不散的诗魂，然后依次游览武侯祠，这里有原汁原味的老墙，踏在青石板上慢慢回忆童年往事。

去锦里把午餐问题解决，然后开始悠闲的享受午后阳光！

下午乘坐35路到达望江楼公园，喝着盖碗茶，摆摆龙门阵。这就是成都人的慢生活。傍晚的宽窄巷子清新文艺，夕阳下的老城区悠然又温馨。

#### D2 大熊猫基地-文殊院-青羊宫-春熙路

大熊猫繁育研究基地以造园手法模拟了大熊猫野外生态环境，这种生态环境是大熊猫生活的原始状态，在这里翠竹葱茏，绿树成荫，花香鸟语，空气清新，山野风光和人工景观巧妙融合。大熊猫、小熊猫、黑颈鹤等珍稀濒危动物在这里悠然自得地生息繁衍。馆舍内、草坪上，大熊猫或卧或坐，或饮或嬉，或进或出，各得其所，令人陶醉。

中午在文殊院的小吃街大快朵颐，古色古香的建筑，像成都这座城市一样，沉稳朴实。下午来到道教圣地青羊宫为川西第一道观，保存完整的道教典籍是一笔不小的历史财富。

游览完青羊宫之后，大名鼎鼎的春熙路是必去不可的。这里的美食和美女都是远近闻名，在这里感受一下火辣的四川、火辣的成都。

## 景点 · SIGHTS

### 宽窄巷子

宽巷子的闲生活，窄巷子的慢生活，井巷子的新生活，成为了成都的“上海新天地”，触摸历史痕迹，体味成都原滋原味的休闲生活方式，走进宽窄巷子，就走进了最成都、最世界、最古老、最时尚的老成都名片。

不过这里的茶馆，餐馆等的消费较高，可以轻松找到环境好，消费高，味道一般的各式馆子。

**门票/开放时间：**全天开放无门票

**地址：**青羊区同仁路以东长顺街以西

**交通：**可乘坐公交车62路、70路、93路、163路、340路等在“长顺上街”站下车或地铁2号线“人民公园”站下车。



宽窄巷子 by luckylyx66



ligal1003

走在宽窄巷子，仿佛被卷进了历史长河里的某一个漩涡。时间似乎突然慢了下来，又倒退了许多年。

——《不一样的成都》

宽窄巷子旅游最佳时间：

1、清晨：人很少，拍风景和拍人像都很不错。2、下午：特别是出太阳的下午，来宽窄巷子会很挤，很多人在茶馆喝茶，打牌，掏耳朵。这是宽窄巷子最成都的一个表现。来一杯盖碗茶，晒一下午的太阳。这时候，就不那么适合拍照啦~

3、晚上：宽窄巷子里有一些酒吧，经常会举办各种各样的party，价格和品质都不菲。当然，环保一点的办法是，吃过晚饭之后到宽窄巷子散步，很惬意。很悠闲。

4、如果周末来，在井巷子还能看到创意集市哦~

——《成都·青城山都江堰·熊猫基地5日游》



早安114

### 杜甫草堂

杜甫草堂位于西门外的浣花溪畔，是中国唐代伟大现实主义诗人杜甫流寓成都时的故居。杜甫离开成都后，草堂便不存，五代前蜀时诗人韦庄寻得草堂遗址，重结茅屋，使之得以保存。

**门票：**60元，学生半价。

**开放时间：**夏季7:30-19:00，冬季8:00-18:00

**地址：**青羊区青华路37

**交通：**乘坐35路公交车，从城东客运汽车站开往杜甫草堂下车，19路公交车在杜甫草堂站下车。

### 武侯祠

“丞相祠堂何处寻，锦官城外柏森森。” 闻名海内外的三国文化圣地，是全国最负盛名的诸葛亮、刘备纪念地和唯一的君臣合祀庙宇。武侯祠始建于223年，主要由惠陵、汉昭烈庙和武侯祠三大部分组成，祠内古柏森森，环境幽雅，殿宇宏伟。

**门票：**60元，学生半价。

**开放时间：**夏季 7:30-21:00 冬季 8:00-18:30

**地址：**武侯区武侯祠大街231号

**交通：**乘坐公交车57路、901路、334路、1路、55路等在“武侯祠”站下车。

#### 武侯祠至藏族文化街步行路线



全程约600米，可以康定酒店即图示的终点作为地标。

### 锦里

在这条不足400米长的老街上，传统小吃，饮食，客栈遍布，人流熙熙攘攘，永远都是人气很旺的样子。走在西蜀历史上最古老、最具有商业气息的街上，难免会被这里的美食美食所打动。

锦里的夜景非常漂亮，美食过后留下看夜景是个不错的选择。黄昏时分，这里会亮起灯，十分热闹。

**门票/开放时间：**全天开放无门票

**地址：**武侯区武侯祠大街231号

**交通：**公交车在“武侯祠”站下车（锦里就在武侯祠边上，具体乘坐那一辆公交车可参照上文武侯祠的“交通”项。



锦里夜 by 默默1989529



luckylyx66

锦里小店很多，不过东西也是千篇一律，到这里主要还是享受美食来了，都说这里的小吃贵，但是能够集中在一起，也还是不错的。

——《体验美食及慢时光-行走成都》



## 文殊院

为清代川西“四大丛林”之一。前身是唐代的“妙因塔”，宋时名“信相寺”，明时毁于战火，清康熙三十年（公元1691年）重修之后改称“文殊院”。寺内藏有自唐宋以来古今名人书画500余件，珍藏各类经书12万余册，还有自汉代以来的碑刻、雕、刺绣等实物珍品。

门票：5元

开放时间：9：00--17：00

地址：青羊区酱园公所街58号(人民北路)

交通：地铁2号线“文殊院”站下车

## 四川省博物馆

巴蜀地区是一块独具特色的文化区域，从这里曾出土了无数有价值的文物。四川博物馆集中展示了这些文物中的精华，如巴蜀青铜器、汉代的画像石画像砖，除此之外一层展厅还展出张大千在敦煌时临摹的画作。花一点时间逛一下川博，不仅能学习到很多古代文化知识，还能收到现代艺术大师的熏陶，值得一去哦！

门票/开放时间：免费/09:00-17:00（周一闭馆）

交通：乘坐公交19路、35路、47路、82路、301路、309A路、407路到达仙桥站下车。另，杜甫草堂与博物馆紧邻，可一起安排参观。

## 活动 · ACTIVITIES

### 逛茶馆

在最悠闲的时光里，坐在茶馆里，埋在藤椅上，捧着一壶碗茶，看着街道发发呆，把自己的时光挥霍在这悠闲的茶馆里，这样的生活才是真正的成都慢生活，来成都游玩的孩子们，一定要抽个下午，慢慢品茶，慢慢回忆，慢慢偷着乐。

价格：20元

### 打麻将

成都人爱打麻将几乎是远近闻名的，大街小巷，搓麻将的声音不绝于耳，这与成都这座城市的闲适气氛非常吻合。也许就在闹市边的小巷里，就是激战正酣的热闹场面，边打麻将边喝茶，谁还舍得离开这个温柔乡。

### 掏耳朵 最具特色

四川掏耳朵乃是中华一绝，与扬州三把刀并列传统民间绝技之一。这项在我们看来可以忽略不计的小事在成都可是一件享受生活的惬意之事。

建议到公园去享受掏耳朵，宽窄巷子之类的景点处也会有，只是会贵一些。

价格：10元



掏耳朵 by 早安114

## 看川剧

川剧是四川文化的一大特色。成都，戏剧之乡，早在唐代就有“蜀戏冠天下”的说法。川剧在本地车灯戏基础上，吸收融汇苏、赣、皖、鄂、陕、甘各地声腔，形成含有高腔、胡琴、昆腔、灯戏、弹戏五种声腔的四川话演唱的“川剧”。变脸是川剧表演的特技之一，是川剧表演中重要的组成部分，也是历代川剧艺人共同创造并传承下来的艺术瑰宝。

推荐：蜀风雅韵

地址：成都琴台路

表演内容：变脸、吐火、胡琴独奏、手影戏等。

票价：130元起

## 泡酒吧

成都并不只有传统的活动，新生代的成都人的休闲生活中也少不了酒吧文化，同样的闲适心情，不同的表现方式。九眼桥、少陵路、芳草街以及锦里宽窄巷子，都是能觅到酒吧的踪影。成都还有一片80年代就已兴起的玉林小区，那里有很多酒吧咖啡馆，从20多年开始便是文青、艺术家的聚集地呢！

## 住宿 · LODGING

成都住宿相当方便，高中低档齐全。有星级酒店；也有如家、7天等经济酒店；同时这里有背包客喜欢的青年旅馆，充满成都气质。

考虑到出行方便，游客可以选择住在新南门汽车站周边的酒店、或者成都火车站周边的酒店。考虑到方便游览，游客可以选择入住成都繁华地段的酒店，或者距武侯祠、青羊宫较近的酒店。

### 武侯祠、锦里

#### 成都梦之旅国际青年旅舍 最具特色

位于成都武侯祠大街242号，是专为背包客，旅游者及各类学生而建的，用住客的话来说，可称得上豪华型的青年旅馆，有高档的设施，温馨的服务，低廉的收费，得天独厚的地理位置。可提供各种旅游服务及订票服务，可以获取很多当地信息，还可以结识各地旅游者，分享交流旅游经验和心得。

价格：十人间床位45元，标间135元/间

地址：成都武侯祠大街242号（武侯祠斜对面，南郊公园正对面）

电话：028-85570315/85570314

#### 成都莱美假日酒店

酒店位于武侯区的商业繁华地段，距离天府广场以及武侯祠坐车10分钟能到。交通、出行、购物方便。

价格：标间170元起

地址：成都市武侯区武侯大道双楠段56号

电话：028-61516669

#### 成都博今酒店

成都博今酒店地处成都“草堂·浣花”风景区核心，距离武侯祠两公里、春熙路4公里，四川博物馆和杜甫草堂就在边上。周围公交线路很多，酒店位置安静，适合休息。

价格：标间200元起

地址：成都市青羊区青华路牧电巷2号

电话：028-82828066/82828068

## 文殊院附近

### 成都熊猫先生国际青年旅舍

熊猫先生青年旅舍距离地铁1号线“文殊院”站步行仅需两分钟，步行到文殊院10分钟，邮局、商场、银行、餐馆就在旁边，地理位置优势明显。旅舍布置得很有情调，外国主客很多，浴室公用。提供免费的无线网络、旅游咨询、行李寄存，有餐吧和酒吧。

价格：4-6人间：50元/人 YHA会员及booking预定：45元/人

标准间：180元/间

家庭房：280元/间

地址：成都市青羊区政府街107号

电话：028-86628336

网站：www.yhachengdu.com

### 成都巴适酒店公寓

酒店临近文殊院，靠近地铁站，距离春熙路两公里。出行以及到达各旅游景点很方便。酒店简单干净。

价格：大床房125元起

套房158元起

地址：成都市青羊区北大街88号天盛壹中心1-710

电话：028-65503198

## 宽窄巷子

### 成都龙堂国际青年旅舍

龙堂青旅是宽窄巷子里唯一的旅舍，很多外国背包客的首选。由于其独特的地理位置，所以可以方便得吃到成都小吃。需要注意的是，龙堂国际青旅需提前很久预定。

价格：8人间：60元/人

标间：260元/间

地址：成都市青羊区宽巷子26号

电话：028-86648408

### 成都乐活时代酒店

成都乐活时代酒店位于成都市一环路西二段青羊宫旁、四川省医院斜对面，交通便捷。周边有青羊宫、宽窄巷子、人民公园等。

价格：标间：198元/间起

地址：成都市青羊区一环路西二段13号附12

电话：028-87077711



草堂 by 114luckylx66

## 餐饮 · EATING

川菜的名号早已是驰名中外，八大菜系之一，也是最有特色的菜系，民间最大菜系，味型多样是川菜的最大特色。辣椒、胡椒、花椒、豆瓣酱等是主要调味品。在国际上享有“食在中国，味在四川”的美誉。



成都各种美食 by luckylx66

## 美食 · DELICACY

### 成都鸳鸯火锅

鸳鸯火锅，是以传统毛肚火锅的红汤卤和宴席菊花火锅的清汤卤，两者合并改制而成的四川创新火锅。此品原名“双味火锅”。为1983年重庆队参加全国第一届烹饪大赛的参赛作品，由阎文俊取名设计、特级厨师陈志刚制作。这种火锅用铜片隔成两半，造成一个太极图形，一边放清汤卤，一边放红汤卤，入锅烫涮的原料可随人意。1985年，熊四智将“双味火锅”改名为“鸳鸯火锅”。麻辣鲜香，鲜醇浓厚。



鸳鸯火锅 by fonwar

游客喜欢：蜀九香

本地人气：谭鱼头

特别推荐：皇城老妈

### 钵钵鸡

“钵钵”其实就是瓦罐，钵外面是画着红黄相间的瓷质龙纹，钵内盛放配以麻辣为主的佐料，菜品在特殊加工后用钵钵鸡签串制，晾冷浸于各种口味的佐料中，除味道悠长外更添情趣盎然。钵钵鸡已有上百年的历史，源于四川的农村，与身具来着点纯真质朴的乡村气息，因其麻辣爽口，食用方便，风味独特等优点，受到四川地区的民众广泛喜爱。



特别推荐：

钵钵藤椒钵钵鸡

地址：金牛区九里堤圃园路5号

电话：028-87789802



## 糖油果子

糖油果子又名“天鹅蛋”，因为形似而得名。糖油果子是成都随处可见的一种小吃，是青石桥三绝之一。糖油果子以糯米、红糖和芝麻为原料，将糯米粉团在油中炸制后裹上白芝麻并用竹签穿起来，尝起来微带酸味，一串有四五颗左右。



糖油果子 by 2046蓝朵

## 肥肠粉

在电影《好雨时节》中，女主对男主说，“如果你没吃过肥肠粉，就不算到过成都”。肥肠粉应该算是成都小吃中的“重口味”了，正宗的肥肠粉选用的是上等红薯粉、菜子油及干红辣椒、花椒等原料，锅汤则是用肥肠、猪骨头等以及多种佐料熬制而成。肥肠粉稍微一变化还可以成为酸辣粉、牛肉粉等，应该算是成都“可塑性”最强的小吃了吧。



肥肠粉 by cschenbo33

### 肥肠粉店：

- 1、甘记肥肠粉：成都市金牛区马鞍北路18号(玉龙火锅旁边)。
- 2、白家肥肠粉：成都市锦江区青石桥北街成物大厦附近。

除了这些专门以“XX”肥肠粉命名的店以外，成都的一些“苍蝇馆子”里的肥肠粉也颇受好评哦！感兴趣的同志们可以到菜市场附近以及路边摊上寻觅一下。

## 担担面

担担面是用面粉擀制成面条，煮熟，舀上炒制的猪肉末而成。成菜面条细薄，卤汁酥香，咸鲜微辣，香气扑鼻，十分入味。过去，成都走街串巷的担担面，用一中铜锅隔两格，一格煮面，一格炖鸡或炖蹄膀。现在重庆、成都、自贡等地的担担面，多数已改为店铺经营，但依旧保持原有特色，尤以成都的担担面特色最浓。

## 龙抄手

创始于本世纪40年代，当时春熙路“浓花茶社”的张光武等几位伙计商量合资开一个抄手店，取店名时就谐“浓”字音，也取“龙凤呈祥”之意，定名为“龙抄手”。龙抄手的主要特色是：皮薄、馅嫩、汤鲜。抄手皮用的是特级面粉加少许配料，细搓慢揉，擀制成“薄如纸、细如绸”的半透明状。肉馅细嫩滑爽，香醇可口。龙抄手的原汤是用鸡、鸭和猪身上几个部位肉，经猛炖慢煨而成。原汤又白、又浓、又香。

## 三大炮

三大炮由糯米制成，口感类似于南方的“糍粑”。之所以叫“三大炮”是因为在制作抛扔糯米团是，会发出“当、当、当”的声音，故取名三大炮。三大炮通常在外面裹上黄豆粉蘸红糖浆吃。



三大炮 by 2046蓝朵

## 推荐餐馆 · RESTAURANT

### 钟水饺

钟水饺这种小吃声名远播，甚至很多成都人都是其忠实的“粉丝”，钟水饺是全是肉馅儿的，淋上红油，酱料微甜带咸。在成都“钟水饺”这家招牌店，不仅可以吃到正宗的钟水饺，也可以品尝到其他成都小吃。在武侯祠、文殊院等地都有分店。

人均消费：20元

地址：成都市内多家连锁店

### 蜀九香火锅

典型川式火锅，红汤“九宫格”很有创意，可将菜下到不同的格子里，方便捞取；味道麻辣鲜香。要是怕辣，就选鸳鸯锅，涮蔬菜很有味儿。蘸料则是地道的蒜茸香油碟儿，齐全地摆在桌上，自行调味。

人均消费：80元

地址：成都市内多家连锁店

电话：028-82996969



luckylyx66

推荐“蜀九香”我在成都吃了2顿火锅，感觉这个最好吃，不是很辣，锅底很香，小料一定要香油蒜碟的，成都没有人吃麻将的料，你可以试试香油的，很出其意料的好吃。

——《体验美食及慢时光·行走成都》



## 双流老妈兔头

最地道

成都的兔头店很多，但最正宗的还要数这家。很多成都人老远奔去，就为了吃一口地道的兔头。地方之破，车之多，人之挤，真了不得。肉绝对酥烂入味，麻辣的吃起最过瘾。冒菜也不错，很有味儿。

这家有好多分店，不过要想品尝最正宗的兔头还是要去双流的这家店。

人均消费：35元

地址：近郊双流县清泰路85号(近老车站)

电话：028-85825978

## 王妈手撕烤兔

当地人热推

隐藏在玉林街小巷子里，长长的队伍就能说明问题。外酥里嫩，干香干香的。出门的时候也可以真空包装，当做给亲朋好友带的手信。

价格：烤兔一只50，兔头5元，兔腿8元

地址：武侯区玉林街26号附26-27号(近玉林菜市场)

## 明婷饭店

成都顶级苍蝇馆子”，光是那个“本店为残疾人经营，不开发票”的告示就“够牛”的了。吃的是非常地道的家常味。呛香鱼端上来的时候是一大片的胡椒海椒花椒，看着有点吓人，一吃才晓得它的“温柔”。

人均消费：45元

地址：金牛区外曹家巷菜市场内(近马鞍南路)

电话：028-83315978

## 银杏川菜酒楼

老牌的高档川菜酒楼，门前两颗大银杏很有气势。环境安静雅致。菜量不大，但做得精致，樟茶鸭“皮脆肉香”，锅巴肉片“嫩滑多汁”。

人均消费：200元

地址：武侯区临江中路12号(近新南门汽车站)

电话：028-85555588

## 购物 · SHOPPING

天府之国，物产丰富。“中国四大名锦”之一蜀锦和“中国四大名绣”之一蜀绣都是你的好选择；瓷胎竹编让人大开眼界；银丝工艺品美仑美奂；青城丝毯精美绝伦，挂毯、地毯任你挑选。好吃的朋友们千万别忘了带一点正宗的郫县豆瓣酱。

成都的购物街集中在春熙路、总府路、骡马市一带，从大型百货、超市到摊贩以及旅游纪念品一应俱全。



熊猫屋 by Mimo夏未末

## 特产 · SPECIALTY

### 蜀锦蜀绣

送礼首选

蜀绣又叫做“川绣”，与湘绣、苏绣、粤绣并称为中国的四大名绣。成都的自然条件使其盛产丝帛，因此蜀绣的制作与生产均“冠绝天下”。

蜀锦是指东汉至三国时期蜀郡，即今成都所织造的锦。其织纹精细、图案繁华，常见品种有方方锦、语丝锦、散花锦、铺地锦、浣花锦等等。

蜀锦的价格较高，一般7寸-12寸的蜀锦在200到1000元之间。

### 郫县豆瓣酱

推荐

郫县豆瓣素有川菜之魂的美称。产于四川郫县。郫县地处成都平原中部，因得都江堰灌溉之利，盛产稻、小麦、油菜籽、胡豆（蚕豆）、大麻等。这里的胡豆品质优良，以它为主要原料加工制成的豆瓣酱油润红亮，瓣子酥脆，有较重的辣味，香甜可口。除用作调味外，也可单独佐饭。

### 牛肉干

超市和特产店的牛肉干琳琅满目，但是真正好吃的却只有几种：张飞牛肉、遛洋狗、红光牛肉。张飞和刘洋狗一般超市都有，红光牛肉在西藏饭店楼下有卖。牦牛肉干非常不错，当然价格也稍贵。需要注意的是，灯影牛肉是一种制作工艺，并不是特定品牌。

### 茉莉花茶

推荐

成都人爱喝茶，尤其喜欢喝茉莉花茶，它既保留了茶叶的浓郁芳香，又饱含茉莉花的鲜灵清香，入口滋味醇厚香浓。主要有三花牌、碧潭飘雪和叙府的茉莉花茶质量比较好，价位因品牌和种类的不同有所变化，可以到超市购买。

### 川酒

四川有着充足的水源和优良的水质，为四川出现众多的名特好酒提供了得天独厚的条件。这些名酒以其历史悠久、酿制工艺精良、酒香独特，自古享有盛誉。

在众多四川名酒当中，最著名的就要数“五朵金花”了，她们分别是：五粮液、泸州老窖、绵竹剑南春、全兴大曲、古蔺郎酒。

## 推荐商店 · RECOMMENDED SHOP

### 四川特产商城

位于新华大道玉沙路10号，新华大道和红星路交界处，春熙路步行10分钟就可以到了。这是成都市产品最齐全，规模最大，价格最实惠的特产商城。有数百种产品，从工艺品到四川各个地方的特产美食，一应俱全。

地址：新华大道玉沙路10号

电话：028-66126656

### 红旗商场

成都市红旗商场是四川地区最大的副食品零售企业，商品品种丰富，是选购特产的绝佳之处。

地址：锦江区总府街

电话：028-86625647



## 交通 · TRANSPORTATION

### 到达与离开 · GETTING THERE & AWAY

成都作为西南地区的交通枢纽，交通非常便利，根据自己的情况，随意选择，成都的大门始终为你敞开。

#### 飞机

成都双流国际机场是中国中西部地区最繁忙的民用枢纽机场。全国70多个大中城市有航班飞往成都，香港、曼谷、新加坡、东京等8个国际城市和地区也有航线往返成都。有两个候机楼，新的航站楼T2是2012年起用的，川航航班以及国际航班在T1航站楼，其余航班均在T2。

#### 机场巴士

成都机场至市区收发车时间以进港航班时间为准，滚动发车，客满即走。市区至成机场发车时间：5:00 - 18:00，每隔10 - 15分钟一班车，票价：10元/人。线路：市区售票处（岷山饭店）—小天竺—成都数码广场（一环路口）—美领馆—双流机场。

#### 机场公交

124路：双流机场 - 金沙公交站，07:00-19:00，普通车，1元-2元；  
300路：火车北站 - 双流机场，7:00-19:00，全程6元；  
304路：五桂桥公交站 - 双流机场，07:00-19:00，普通车，1-2元；  
318路：金沙公交站 - 双流机场，07:00-19:00，普通车，2-3元；  
804路：石羊场客运中心 - 双流机场，7:00-19:00，1-3元（804B不经过双流机场，请注意不要搭错车）。

#### 机场出租车

机场打的到各大车站价格参考：到梁家巷约60元、到新南门车站约为45元；到火车北站、五块石车站、城北客运中心约60元；到成都市天府广场60元左右；到双流县城20元左右；

**特别提醒：**从双流机场到成都市区的高速路是不收过路费的；从成都市区到机场的话，会收14元过路费。

#### 机场客车

现在双流机场开通了长途客运汽车站，可以到达周边地市州的几个城市，有发往绵阳、德阳、宜宾等地的大巴车，去往这些城市的游客可以就近乘车。

#### 具体线路：

成都机场 - 绵阳	发车时间：滚动发车，每天7班，票价51元
成都机场 - 南充	发车时间：11:30、13:40，票价72元
成都机场 - 自贡	发车时间：13:40，票价80元
成都机场 - 泸州	发车时间：15:00，票价92元
成都机场 - 峨眉山	发车时间：14:00，票价36元
成都机场 - 宜宾	发车时间：14:00，票价95元
成都机场 - 乐山	发车时间：14:00、15:50，票价46元。

机场客服电话：028-85205555

#### 火车

成都是西南地区最大的铁路枢纽，是成渝、宝成、成昆、达成等铁路干线的起点，全国20多个大中城市有列车直达成都。

成都火车站（成都北站）：位于成都市北二环路上，

成都东站：可往返重庆、武汉、长沙、南宁、贵阳、杭州、广州。

成都南站：正在搬迁，现在无列车通过，仅有一个代售点在售票。

#### 长途汽车

成都是西南地区最大的公路枢纽，108、319等6条国道在此交汇。

#### 新南门车站（成都市旅游集散中心）

位于新南路，成都新南门大桥旁边。可乘6、28、49、55路到达。  
发往地区：成都周边，以及川内知名景区和地震遗址的旅游专线。

#### 茶店子汽车站

位于市郊二环路，该汽车站是由原西门车站整体搬迁而新建的，所以各种配套设施很好，该车站班车主要发往四川西，北部的藏区以及著名的景区。包括映秀，卧龙，汶川，理县，米亚罗，黑水，松潘，川主寺，丹巴，四姑娘山，九寨沟，红原，金川，阿坝等地。在市内可乘4路，98路，221路公交车到达。

#### 城北客运中心

位于二环路五块石立交桥旁。  
发往地区：川东、川北方向，到巴中、达州等地。

#### 国际商贸城客运站（原荷花池客运站）

位于城北天回镇。可乘38、50、103、129路公交车到达。  
发往地区：成渝沿线、川南沿线、川东沿线。

#### 北门汽车站(梁家巷汽车站)

位于成都市一环路，可乘27、34路公交车在梁家巷下车。  
发往地区：主要是发往川南部分城市。

#### 五桂桥汽车站(成都汽车总站)

位于成都市东面，塔子山公园旁边。可乘81、4、58、10路公交车，或地铁2号线到达。  
发往地区：成渝、内宜高速沿线，其中包括重庆、宜宾、自贡、南宁、桂林、涪陵等地。

## 当地交通 · LOCAL TRANSPORTATION

#### 出租车

成都出租车白天（6-23点）起步价8元（速腾2.0和1.4T为9元），包含2公里，之后1.9元/公里，10公里到60公里2.85元/公里。夜间（23-6点）起步价9元（速腾2.0和1.4T为10元），包含2公里，之后2.2元/公里，10公里到60公里3.3元/公里。打车后记得索要计程发票。由于公交车票价格不便宜，人多时打车比较合算。

#### 租车

租车行业发展迅速，到成都后租车作为交通工具越来越方便。在成都，神州租车和一嗨租车算是比较大的租车公司，管理也比较完善。租车时要带好驾驶证、身份证、信用卡，并注意取车和还车时的车辆检查，避免不必要的麻烦。节假日是租车高峰期，建议提前预定。

#### 火三轮

又称“耙耳朵”，市中心起步5元。郊区起步一般2元，现在市场中心已经没有了，至少要在三环路以外才有。取而代之的是电动车和摩托车。

#### 公交

成都市公交网络四通八达，可以到达任何市内及近郊旅游景区、景点。市内公交车分普通车和高档车两种，市区内的车次基本以两元为主。



## TIPS

成都市内红旗超市（多家连锁），药房，报亭和各大地铁站都可以办天府通卡，乘地铁和公交车可以打8折，卡需要20元押金，乘坐公交车在两小时内转了另一辆车不另外收费。另外成都共有50多个充值点，充值很方便。

成都很多景区门口都会有直通另一景区的巴士（正规的）。比如在武侯祠门口就有去青城山、都江堰、熊猫繁育基地的游客巴士，只要你购买这些景区的门票，车就会免费送你到景区并提供沿途导游。

## 地铁

成都现有两条地铁线路，1号线（升仙湖—世纪城）2号线（茶店子客运站—成都行政学院），两条线路在天府广场交汇换乘。均为分段收费，起步价初定2元，“每段六七站”，以1元递增，即票价根据里程分别为2元、3元、4元，全程票价初定5元。



地铁图 by ounijiangshine

## 实用信息 · INFORMATION

### 医院

#### 四川省人民医院

地址：一环路西二段32号四川省人民医院第一住院大楼

电话：028-87795180

#### 四川大学华西医院

地址：外南国学巷37号

电话：028-85551331

### 旅行社

#### 成都中国青年旅行社

地址：成都市锦江区大慈寺路41号3楼A-01

电话：028-86917661

### 紧急电话

旅游质量：028-87706026

公交热线：028-85076868

## 更多路线 · OPTIONS

### 九寨沟·黄龙（1天）



九寨沟 by 散石4005

九寨沟是白水沟上游白河的支沟，以有九个藏族村寨而得名。以翠海（高山湖泊）、叠海、彩林、雪山、藏情“五绝”驰名中外，被誉为“梦仙境”和“童话世界”。“九寨归来不看水”，水是九寨沟的精灵，湖、泉、瀑、滩连缀一体，飞动与静谧结合，刚烈与温柔相济。

黄龙以规模宏大、类型繁多、结构奇巧、色彩丰艳的地表钙华景观而闻名，加上高山摩天、峡谷纵横、莽林苍苍、碧水荡荡，有“人间瑶池”之称。

## 交通 · TRANSPORTATION

### 公共交通

目前游览九寨沟较便捷的途径是乘飞机到成都或重庆，再转机前往九寨沟—黄龙机场（九黄机场）。成都的新南门车站和茶店子客运站也有到九寨沟的客车，车票最好提前一天购买，一般去九寨沟每天有二、三班，有时会根据客流情况加开车次。

### 自驾

从成都自驾去九寨沟也是不错的选择，从成都往返九寨沟可以走两条道路：西线VS东线

#### 西线：

成都 - 都江堰 - 汶川 - 茂县 - 松潘 - 川主寺 - 九寨沟。

约430公里。沿岷江而行，沿途经过5座县城，可观赏藏、羌民族风情和原始生态风光。

#### 东线：

成都 - 广汉 - 德阳 - 绵阳 - 江油 - 平武 - 九寨沟县 - 九寨沟。

约520公里。高速公路里程比西线长，约170公里，沿途植被非常好，一路沿涪江而上，山青水秀。

东西环线的行车时间相当，车程约9 - 10小时。建议往返路途不走同一线路，否则会错过沿途不少风景。



## 亮点 · HIGHLIGHT

### 观看《藏谜》

一台藏族风格的大型歌舞乐表演舞台剧，其剧情以藏族老阿妈在虔诚的朝圣路途中的所见所闻为主线，表现了藏民生活、民间民俗、宗教仪式的场景。所有歌舞都保持原生态，原汁原味地表现了藏族文化色彩。

演出时间：每晚19:30整开始，剧长120分钟。

演出地点：九寨沟沟口藏迷大剧院

## 餐饮 · EATING

九寨沟--黄龙由于物资多从外面运入，所以吃的价格较贵，可以自己多带些路上吃。当地特色餐饮主要为牛羊肉，但藏族和羌族的做法稍有不同：藏族以熏烤肉为主，辅之以青稞酒、酥油茶、酸奶等饮品；羌族喜食酸辣口味的肉菜和动物内脏。

## 住宿 · LODGING

九寨沟口附近有很多大大小小的酒店，只要不是黄金周，住宿完全不是问题，按照规定不允许在沟内住宿。不能住宿也是为了保护环境，希望大家都能遵守。

黄龙风景区内的住宿价格普遍较为昂贵，且数量较少。其实住在九寨沟或者川主寺附近也是不错的选择。

### 九寨沟米谷国际青年旅舍

地址：九寨沟漳扎镇彭丰村花椒地米谷国际青年旅舍

电话：0837-7764828-666

## 行程 · SCHEDULE

D1 成都→九寨沟

D2 九寨沟一日游

D3 九寨沟→黄龙→川主寺（或松潘）

D4 川主寺（或松潘）→成都



黄龙五彩池 by 散石4005

## 乐山大佛·峨眉山 (3天)



乐山大佛 by 散石4005

## 交通 · TRANSPORTATION

从成都到乐山走高速公路仅162公里，成都北门、新南门车站有定时班车，各旅行社有旅游车。乐山与峨眉山市相距31公里，有高速公路相通，每10分钟就有一班车。

## 亮点 · HIGHLIGHT

乐山大佛：雕凿在岷江、青衣江、大渡河汇流处的岩壁上，千百年来大佛安静地端坐于此，看江水奔流，看世事变迁。

峨眉山：我国的四大佛教名山之一，平畴突起，巍峨、秀丽、古老、神奇。灵猴是峨眉山的精灵，成为峨眉山的一道活景观。

## 住宿 · LODGING

乐山市内宾馆的住宿条件普遍不错，但因为游客一般都不选择在乐山住宿，所以价格一般不高，通常在100—200元之间，旅馆的话50左右即可搞定。由于交通方便，在市区住宿是不错的选择。

## 餐饮 · EATING

许多成都名小吃均源于乐山，乐山棒棒鸡、西坝豆腐、苏稽跷脚牛肉、牛华麻辣烫、甜皮鸭.....峨眉山的山珍和素斋也非常出名。

乐山甜皮鸭：乐山人称“卤鸭子”，是四川乐山地区的著名美食，沿用的是清朝御膳工艺。由民间发掘、改进，其卤水别具特色，具有色泽棕红、皮酥略甜、肉质细嫩、香气宜人的特点。

峨眉素席：报国寺、伏虎寺、万年寺僧人办的素席较有名。佛门素席是用豆制品、面筋、蔬果等为原料，仿荤席的品类、形状而做出的菜肴。不但仿其形，而且仿其味，可以乱真。斋饭的价格每个寺院不同，在寺院里吃饭最好不要剩饭和浪费食物。

## 行程 · SCHEDULE

D1 成都→乐山大佛→峨眉山报国寺

D2 报国寺→万年寺→雷洞坪→金顶

D3 金顶看日出→万年寺→一线天→生态猴区→万年寺→成都

## 都江堰·青城山（2天）



青城山月城湖 by 散石4005

都江堰是我国乃至全世界保存最完整且还在使用的水利工程。这项两千多年前的工程消除岷江水患，变成都为“天府之国”。道教名山青城山位于都江堰市西南，有“青城天下幽”之美誉。

### 交通 · TRANSPORTATION

#### 大巴

成都的茶店子汽车站、西门汽车站以及新南门汽车站都有汽车发往都江堰，到了青城山客运站再乘坐公交车到青城山即可。

茶店子汽车站每天早上6:30开始滚动发车。

票价：16元左右

地址：四川省成都市金牛区三环北路羊犀立交桥

电话：028-87506610

西门汽车站每天早上6:30到晚上20:30分都有车，每5-10分钟一班。

票价：高速11元，普快6.5元

地址：四川省成都市金牛区西安南路22号

电话：028-87775419

新南门汽车站每天8:40分起开始发车。

票价：25元，9:30有车发往青城前山，票价21元。

地址：成都市武侯区临江路57号新南门

电话：028-85433609

注：以上信息仅供参考，具体时间、票价以车站发布为准。

#### 快铁

从成都到都江堰、青城山每天都对发很多班快铁，非常方便，票可以到了火车北站后现买。但是需要注意的是，如果想要一天玩遍都江堰和青城山，为了避免耽误行程，建议提前一天或是早一点到火车北站买票，否则可能只能买到中午发车的快铁。

成都—都江堰：最早06:32 最晚20:17 票价15元

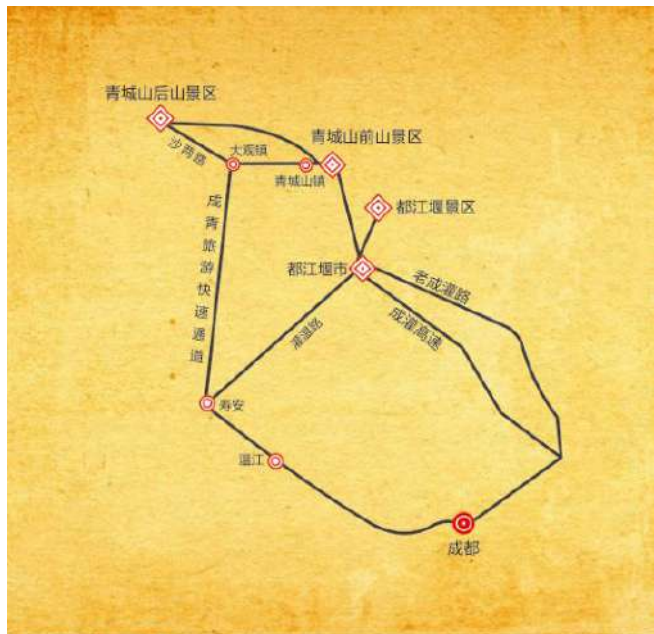
成都—青城山：最早07:01 最晚20:17 票价15元

都江堰—成都：最早07:15 最晚21:16 票价15元

青城山—成都：最早08:02 最晚21:07 票价15元

#### 自驾

成都至都江堰、青城山很近，自驾游线路很多。有以下几条：沙西线、老成灌路、城灌告诉、IT大道、城青快速通道。



自驾线路图 by 都江堰景区

#### 都江堰市内公交

都江堰市区内有便捷的公共交通，乘公交车游客可以很方便地到达各个旅游景点。其中在都江堰市客运中心乘坐101路（或直接在都江堰景区离堆大门处乘坐）可到青城前山，路程30分钟。

### 景区信息 · INFORMATION

#### 都江堰

门票：90元，凭有效学生证及四川省老年优待证半价

景区观光车车票：往返15元，单程10元

地址：都江堰市公园路

电话：028-87283890

#### 青城山

前山门票：90元 学生半价

前山索道（单程）：35元/路线：月城湖→四望观(2公里)

前山索道（往返）：60元

前山月城湖船票：5元/线路：月城湖→丈人泉

#### 青城后山景区

后山门票：20元 学生半价

后山金骊索道（往返）：单程30元/人，双程55元/人 路线：飞泉坊→(乘坐索道)→石笋堂

后山白云索道（往返）：单程35元/人，双程60元/人 路线：又一村→(乘坐索道)→白云寺

后山翠映湖渡船：2元

都江堰-青城山联票：180元

地址：四川省成都市青城山镇

电话：028-87288104



## 亮点 · HIGHLIGHT

**都江堰放水节**：每年清明时节（4月5日），是都江堰灌区最盛大的节日——从公元978年开始的一年一度的清明放水节。这是为了纪念率众修建都江堰水利工程、造福成都平原的李冰父子。2006年，都江堰放水节被列入中国首批非物质文化遗产名录。

## 住宿 · LODGING

都江堰市内各个价位的宾馆都很齐全，比较便宜的价格在100元/标间，高档酒店集中在观景路附近，其中三星级的二王庙宾馆（位于二王庙后门侧），门市价500多元，可砍价至300元左右。

青城山的住宿以前山为主。这里的星级酒店、山庄别墅不少，适合来青城山度假、养生的游客，标间从两百元至上千元不等，但一般季节均可打折。山中部分道观，如上清宫、天师洞等也可住宿，20—60元/人。

### 都江堰尚稷·城青酒店

地址：四川省都江堰市奎光路185号

电话：028-67628866

## 餐饮 · EATING

游玩都江堰，不要错过青城四绝：白果炖鸡、青城泡菜、洞天乳酒、青城苦丁茶。都江堰市每年举办啤酒节期间，夜宵也十分出色，美味的河虾、小鱼和螃蟹都让人垂涎三尺。特别是江边夜宵和农家乐，都可一试。

## 都江堰景区浏览路线

都江堰离堆公园入口→堰功道→伏龙观→飞沙堰→鱼嘴→安澜索桥→二王庙→松茂古道→步云廊大扶梯→玉垒阁观景→玉垒关→西关→城隍庙→玉垒山景区出口

### 青城前山景区游览线路：

前山景区大门→怡乐窝→月城湖（渡湖）→缆车上山→凌云山庄→上清宫→老君阁→下山原路返回到上清宫→朝阳洞→祖师殿→天师洞→五洞天→凝翠桥→山荫亭→天然图画坊→怡乐窝→前山景区大门

### 青城后山景区游览线路：

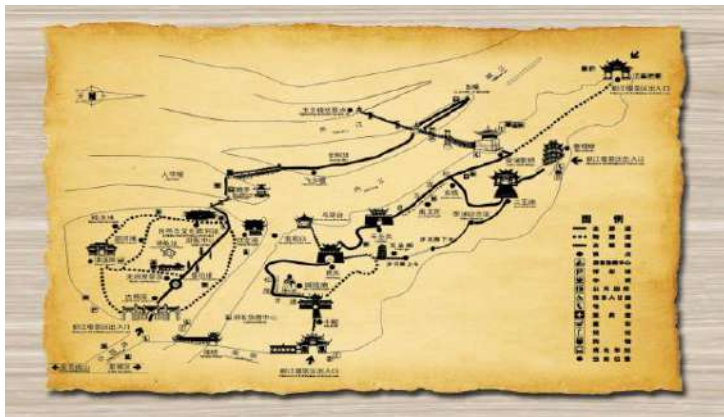
五龙坊→金娃娃沱→五龙沟→又一村→九僧洞→白云寺→天桥→仙女梳妆池→双泉水帘洞→翠映湖→百丈桥→玉女潭→金骊索道下站

## 行程 · SCHEDULE

**D1** 成都→轻轨→青城前山

**D2** 青城前山→都江堰→成都

这两个景点一天也可以游遍，但是早上需要较早得从成都出发。青城前山重人文后山重景观，看个人喜好。



都江堰景区地形图 by 都江堰景区

## 海螺沟（3天）



海螺沟 日照冰川 by YISSHUI

若想近距离一睹“蜀山之王”贡嘎山的风采，海螺沟无疑是最佳去处。除了令人震撼的大冰瀑布，在雪山下泡温泉的诱惑也让人无法抵挡。

## 交通 · TRANSPORTATION

现在去海螺沟主要有两种走法：第一个是：成都—雅安—天全—二郎山—磨西镇，第二个是：成都—雅西高速—石棉—磨西镇。

### 长途客车

到海螺沟要在成都中转，在新南门旅游客运中心每天发一班到海螺沟的车，车型金龙或亚星。季节不同发车班次和时间可能有变化。全程300余公里，行车6小时左右，中途停约40分钟，用来休息吃饭，共用时约7小时，票价119元。

### 自驾

自驾主要走第二条线路，即：成都—雅西高速—石棉—磨西镇。这条路线沿途风景好，并且费用更低。

## 住宿 · LODGING

海螺沟住宿选择分别是：磨西古镇、一号、二号和三号营地。

1、磨西古镇有一些不同档次的酒店、宾馆、小型的私人宾馆及农家乐可供游人选择。

2、一号营地距离磨西15公里，如果选择在这里居住，推荐到海螺沟雪域温泉假日酒店、贡嘎神汤国际疗养中心入住。

3、过了一号营地，便进入了海螺沟的核心区——二号营地。目前二号营地有少量住房，但档次不高，有的还没有卫生间，请谨慎选择。

4、三号宿营地位于冰川河源，距二号营地大约7.5公里，到冰川观景台约2公里。这里是前往冰川的最后一站住宿地，拥有金山大酒店（是景区内观赏日照金山的最佳酒店）、银山大酒店等供您选择。

### 海螺沟雪域温泉假日酒店

地址：海螺沟甘孜州泸定县海螺沟冰川森林公园一号营地内。

电话：0836-3266866

### 海螺沟冰川温泉度假村(二号营地)

地址：甘孜藏族自治州泸定县磨西镇海螺沟二号营地

电话：0836-3266170

## 亮点 · HIGHLIGHT

### 海螺沟五绝

日照金山。每当天气晴朗，东方吐白，灿烂的霞光冉冉而起，瞬间，数十座雪峰全披上一层金灿灿的夺目光芒，光芒万丈，瑰丽辉煌，这就是著名的“日照金山”。

冰川倾泻。世界上冰川大都位于海拔较高处，然在海螺沟海拔较低处就能望见冰川从高峻的峡谷铺泻而下。特别是举世无双的大冰瀑布，瑰丽非凡，景象万千。

雪谷温泉。身边一片白雪皑皑，露天温泉的池蒸汽滚滚腾空，使原始森林中的绿树与奇花草蓊郁一片，影影绰绰。在热乎乎的天然温泉里欣赏雪花漫天飞舞，何等浪漫。

原始森林。沿着环游山路徐徐前行，游人会被身旁变幻无穷的植物景观所吸引，丛林之中，时常隐约可见猕猴、熊猫、牛羚、红腹角雉等可爱动物的身影。

康巴藏族风情。多彩的服饰，不同的藏庄，动人的歌舞，浓郁的康巴藏族风情与这里的山山水水融合在了一起。



自行车

泡过温泉，从餐厅的大落地窗望出去，满眼绿色，山边的树木被自上而下的泉水一遍遍地冲刷着，叶子被清洗得晶莹透亮，显露出勃勃的生机。

——《走进川西——海螺沟》

## 餐饮 · EATING

海螺沟内由于海拔较高，饭菜不易熟透，外地人较不易适应。康定之后，就以藏族菜的熏烤肉为主，辅之以青稞酒酥油茶、酸奶等饮品；而当地汉族人以川菜为主，各餐厅宾馆所提供的菜肴均以清淡之大众菜为主。

## 行程 · SCHEDULE

D1 成都→磨西镇

D2 磨西镇→一号营地→二号营地→三号营地→四号营地

D3 温泉→成都



海螺沟 by 自行车

## 背景 · BACKGROUND

### 地理气候 · ENVIRONMENT

成都位于四川中部，四川盆地西部。成都东北与德阳、东南与资阳毗邻，南面与眉山相连，西南与雅安、西北与阿坝接壤。成都地势差异显著，西北高，东南低。

成都具有春早、夏热、秋凉、冬暖的气候特点（亚热带季风气候），年平均气温16℃，年降雨量1000mm左右。成都气候的另一个显著特点是多云雾，日照时间短。民间谚语中的“蜀犬吠日”正是这一气候特征的形象描述。成都气候的另一个显著特点是空气潮湿，因此，夏天虽然气温不高（最高温度一般不超过35℃），却显得闷热；冬天气温平均在5℃以上，阴天多，空气相对干燥。成都的雨水集中在七、八两月，冬春两季干旱少雨，极少冰雪。

### 历史 · HISTORY

关于成都一名的来历，据《太平环宇记》记载，是借用西周建都的历史经过，取周王迁岐“一年而所居成聚，二年成邑，三年成都”而得名成都。蜀语“成都”二字的读音就是蜀都。“成”者“毕也”“终也”，成都的含义“就是蜀国‘终了的都邑’，或者说‘成都天际线最后的都邑’。五代十国时，后蜀皇帝孟昶偏爱芙蓉花，命百姓在城墙上种植芙蓉树，花开时节，成都“四十里为锦绣”，故成都又被称为芙蓉城，简称“蓉城”。

成都历史悠久，有“天府之国”、“蜀中江南”、“蜀中苏杭”的美称。据史书记载，大约在前5世纪中叶的古蜀国开明王朝九世时将都城从广都樊乡（双流）迁往成都，构筑城池。2001年出土的金沙遗址，已经将成都建城历史从公元前311年提前到了公元前611年。

秦汉时期，成都经济文化发达。公元前316年，秦国先后吞并蜀国（首府成都）、巴国。公元前106年，汉武帝在全国设13州刺史部，在成都置益州刺史部，分管巴、蜀、广汉、犍为四郡。东汉末年，刘焉做“益州牧”，从原广汉郡雒县移治于成都，用成都作为州、郡、县治地。西汉时期，成都的织锦业已十分发达，设有“锦官”，故有“锦官城”即“锦城”之称。

隋唐时期，成都经济发达，文化繁荣，佛教盛行。成都成为全国有数的大城市（长安、洛阳、越州、成都、太原），农业、丝绸业、手工业、商业发达，造纸、印刷术发展很快，经济发展仅次于东门的越州。“蜀绣”为全国三大名绣之一，“蜀锦”被视为上贡珍品，产量全国第一。

宋朝时期，成都鼎兴。由于商业发达，成都出现了世界上最早的纸币“交子”。北宋仁宗时，在益州（即成都）设官办交子业务，由政府公开印刷，发行“交子”。北宋初年朝廷在成都设立成都府，为成都府路治所。南宋宝祐五年（1257年），元军攻占成都。元至元二十三年，元朝中央政府在成都设置“四川等处行中书省”，后简称“四川省”。

明洪武四年（1371年），明军攻灭明玉珍所建的大夏国政权，在成都设四川承宣布政司，其中成都为首府。明太祖朱元璋第十一子朱椿为蜀王，王府设在成都，今人称其为“皇城”。明崇祯十七年（1644年），张献忠率军攻入成都，自立为帝，国号大西，称成都为西京。随后满洲八旗入川，与张献忠在成都激战。清顺治三年（1646年），成都全城焚毁于战火之中，随后的五六年间竟断绝人烟，康熙年间，朝廷实施“湖广填四川”大移民，成都逐渐恢复生气，省会也又迁回成都。

清宣统三年（1911年）6月，保路运动在成都发起，时任四川总督赵尔丰镇压民众造成的“成都血案”引发民众起义，这直接导致了辛亥革命的总爆发，为中国资产阶级民主革命立下了不朽的功绩。



## 宗教文化 · THE CULTURE

成都是古蜀国文化的重要发源地。早在商周时期，古蜀国人民就创造了高度发达的青铜文化，成为华夏文化的重要组成部分。成都是我国的著名文化之都，成都文化博大精深，吃文化，休闲文化，茶文化，道教文化，三国文化等等在中国人中影响深刻。

### 传统戏剧

川剧一直以来就是中国戏曲宝库中的一颗璀璨的明珠。早在唐代，川剧就被冠与“蜀戏冠天下”的美名。其中耳熟能详的名戏有《白蛇传》、《彩楼记》、《玉簪记》等。川剧中展现的绝技丰富多彩，如变脸、托举、开慧眼、藏刀、喷火等，很多传统的技艺至今都令人叹为观止。

### 成都茶艺

成都人爱喝茶，也会喝茶，因而许多外地人会用“头上青天少，眼前茶馆多”来形容。“坐茶馆”也成为了成都人的一种特殊的嗜好，也因此使得大大小小的茶馆遍布成都城镇城市的各个角落。很多成都的茶馆不仅有着历史悠久，而且数量众多，并且大部分都有着自己独特的风格。

### 诗词

《花间集》是我国文学史上的第一部词集，其是由五代十国时期的后蜀人赵崇祚编辑。本书收录了韦庄、温庭筠等十八位花间派词人的经典作品，典型而又集中得反映了我国早期词史上文人词创作的主体艺术取向、风貌风格、审美情趣以及艺术成就。

## 节日 · FESTIVAL

### 成都灯会

成都灯会是在元宵赏灯习俗的基础上发展起来的一种传统民俗活动。南宋诗人陆游在《丁酉上元》诗中描述成都灯会盛况是“突兀球场锦绣峰，游人仕女拥千重；鼓吹连天沸午门，灯山万炬动黄昏”。

从1962年起成都恢复春节灯会，会期一个月。灯会期间，公园内有民间曲艺、杂技、杂耍表演；有各种地方风味小吃；还有铸糖人的担子，卖风车的草把子，每届灯会游人都在百万人次以上。



锦里庙会兔子灯 by Moo\_木

### 成都花会

成都花会始于唐、宋，至今已有一千多年的历史。花会的地址就在成都西门外的青羊宫。届时，成都附近的国营、集体花园及广大花农，都将各自辛勤培育的名贵花卉、盆栽盆景、盆景等运到青羊宫，搭棚撑帐，摆摊设点，进行展销。

## 跟着它们去旅行

### 电影 · MOVIE

### 成都，我爱你/好雨时节

A Good Rain Knows

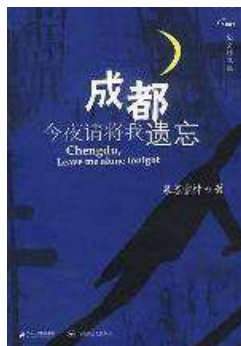


韩国年轻帅气的小伙子东河（郑宇成饰）来到中国四川成都出差，东河来此是为了看望相恋的中国同学五月（高圆圆饰）。这次相遇，让两人的心再次碰撞出爱情的火花。他们回忆着生日派对的誓言、彼此亲昵的举动，甚至是关于自行车的留恋，但是两人却给出了不同的版本。然而，当他对她主动作出爱的表白时，她却左躲右闪。由于公司安排，东河要离开中国。在雨中，他挽着她的手翩翩起舞，但是气氛似乎显得过于沉静，以至于他开始怀疑自作多情。但是，一场机场送别却让两人重新敞开了心扉……

### 书籍 · BOOK

### 成都，今夜请将我遗忘

作者：慕容雪村



讲述了生于上世纪70年代的一群成都青年，在事业、情感、婚姻之间的迷惘和挣扎的残酷青春，以生动的语言、奇特的故事、鲜明的人物性格，特别是作者崇尚的世俗追求与清醒精神，及对主人公命运的强烈悲悯，迅速吸引了大批网络读者，进而在文学界引起轰动。

### 音乐 · MUSIC

### 我是成都人



打点小麻将，整点麻辣烫  
倒到床上看点歪录像  
炒点渣渣股，拽哈儿浪摆舞  
听哈评书，斗一哈地主……

曾经的市井生态、地域文化融入其中，极具地方文化特色。这首歌虽是一首搞笑歪唱，却充满了对成都生活的自信和乐观，对成都文化的骄傲与自豪。





顾问介绍

**punishlee**

不安于枯燥生活的成都80后青年，混迹城市与大山之间，以追光逐影的态度记录行走的人生。



顾问介绍

**hello猫哆哩**

美女主播，对成都的美景、美食了然于心。一部相机，一颗说走就走的心，一直在路上。



顾问介绍

**芝麻胡胡2012**

爱吃爱喝爱蹦跶的川妹子，喜欢走喜欢听喜欢看的建筑设计师。趁着年轻，去走很远路，去看更广阔更美丽的世界。



**特别感谢** 以下用户的贡献：

luckylx66、ligal1003、早安114、Nikovnz、namik\_ercan、YISSHUI、悠悠Balance、Onnijiangshine、Fonwar Moo\_木、Mimo夏末末、默默1989529、自行乐、2046蓝朵、cschenbo33（排名不分先后）



合作伙伴

旅游攻略 <http://www.imlvyou.com>

**你的位置**

期待你的参与：)



让旅行更简单