

Destination 目的地

海螺沟 · 攻略

——贡嘎神山，山中之王

第一版

10 个经典景点

2 条经典路线

2 位达人精心推荐

12 位用户亲身体验



我是驴友
www.imlvyou.com

海螺沟 · 攻略

——贡嘎神山，山中之王

关键词 冰川 高山温泉 日出 磨西古镇

费用 600-900元

天数 2-4天

舒适程度 舒适

目录 · CATALOG

概述	01
亮点	02
有问必答	03
线路推荐	03
景点	04
活动	06
住宿	07
餐饮	08
交通	09
小贴士	11
实用信息	12
背景	12
跟着他们去旅行	12

印象 · IMPRESSION



叫驴

我喜欢冰川，喜欢雪山。它们仿佛有魔力一般，让你尊敬让你畏惧，使之让你一次又一次的前往。感谢它们使我的心灵有了仰慕和感动；感谢它们成就我生命中一次又一次不平凡；感谢它们让我在顾盼自雄之际，忽有所悟，发现自己的平庸和渺小；感谢它们让我碌碌不知所终的繁忙中直起腰来，寻觅一眼灵魂的家园……

——《成都周边二日游·川西篇》

关于 · ABOUT

海螺沟位于四川省甘孜藏族自治州东南部，贡嘎山东坡，是青藏高原东缘的极高山地。海螺沟位于贡嘎雪峰脚下，晶莹的现代冰川从高峻的山谷铺泻而下，以低海拔现代冰川著称于世。

来到这里或许正准备坐着索道看冰川的全貌，把相机伸出索道厢拍几张照片匆匆而走。为何不迈开双腿去走那条通向冰川的人行道呢？在这条路上你会看见植物、动物，呼吸最新鲜的空气，踩在踏实的泥土上，大声说话能听到自己环绕山头的回音，没有喇叭声，没有聒噪声，走着走着说不定在草丛里可以看见小小的野草莓、野猕猴桃，摘下来吃两个，一不留神，或许就有几只小松鼠在身边串来串去，一路走着，当你到冰川的脚下看着大冰舌紧舔大地，远处的冰川高高耸起，闻着冰凉的空气，心里却是非常温软的，原来选择看一个地方的方式，决定了你的心界与视界的角度，阳光下的冰峰或许脆弱，或许凌厉，走在冰川上也要小心哪些是浮冰。有招揽生意的当地人，却不讨人嫌，会搀扶你走过最危险、最滑的地方，也会不断说服你，去坐他们的滑杆回到门口，这就看自己选择了。出了门口，看着纯蓝的天，白云撕扯着，原来生活还可以这样……

心愿单 · I WANNA……

海螺沟那些不可错过的小事

- | | |
|--------------|--------------------------|
| 1 远眺贡嘎神山 | <input type="checkbox"/> |
| 2 泡高山温泉 | <input type="checkbox"/> |
| 3 赏海螺沟冰川 | <input type="checkbox"/> |
| 4 在森林里徒步 | <input type="checkbox"/> |
| 5 用手触摸千年冰川 | <input type="checkbox"/> |
| 6 与森林里的小动物合影 | <input type="checkbox"/> |
| 7 学一学藏族舞蹈 | <input type="checkbox"/> |
| 8 喝当地酿的水果酒 | <input type="checkbox"/> |
| 9 看一次云海 | <input type="checkbox"/> |

亮点 · HIGH LIGHTS

No.1 观景台看日照金山



日照金山 by 叫我缪缪

每当天气晴朗，东方吐白，灿烂的霞光冉冉升起，一瞬间，数十座雪峰全披上一层金灿灿夺目的光芒，仿佛镀上了一层金边，瑰丽辉煌，这就是著名的“日照金山”。

No.2 千年冰川边呼吸古老气息



冰川全景 by 叫我缪缪

世界上大多数的冰川都位于海拔高处，然而在海螺沟海拔较低处就能望见冰川从高峻的峡谷铺泄而下，轻而易举接近千年不化的冰川。

No.3 泡温泉、赏雪山



温泉池 by 小天fotos

身边一片白雪皑皑，露天温泉的池蒸汽腾腾，让原始森林中的绿树与奇花异草朦胧一片，影影绰绰。在热乎乎的天然温泉里欣赏雪花漫天飞舞，多么浪漫！

No.4 森林与动物玩耍



猴子 by 叫我缪缪

沿着环游山路徐徐前行，你的眼球会被身旁变幻无穷的植物所吸引，丛林之行，时常影约可见猕猴、松鼠、红腹角雉等可爱动物的身影。

No.5 篝火晚会嗅异族风情



藏家晚会 by 277403271

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一起。

No.6 看向向日葵感受向阳的力量



葵花节 by June1988lj

葵花节在每年7月19日至7月31日，四川很多地方都有向日葵田，可唯有海螺沟的向日葵花海是与雪山、蓝天、冰川、雄鹰相伴，加上特有的藏羌彝民俗风情，在海螺沟赏葵花一定让人非常难忘。

有问必答 · FAQ

问：什么时候是到海螺沟旅游的最佳季节？

海螺沟属于旱河谷亚热带气候，地势复杂多样，降雨主要集中在5-9月份，降雪集中在10月-4月。海螺沟一年四季都适合游客游览，春季海螺沟天空晴朗，到处都可以看到开满山间的野花，早上还可以看到“日照金山”的绝世美景，海螺沟的春季来的特别晚，每年的五月正是海螺沟的春季，这个时间去海螺沟旅游，让你仿佛在童话世界中游走。夏季纳凉、避暑。当海螺沟进入晚秋的时候，山间的树木和巍峨的高山渐渐的变成了白色。当冬天正式来临的时候，海螺沟完全变成了雪的世界，这个时候你选择到海螺沟旅游，可以在空旷的山间泡着温泉，看着雪花片片飞落。

问：从成都怎么去海螺沟？

去成都新南门车站坐车，这里每天有直发海螺沟的长途班车，5个小时左右到达，车票约110元左右每人。也可包团，价格200-300元/人。

问：海螺沟有没有淡季门票？

海螺沟是国内少有的没有淡旺季价格门票的景区之一，一年四季的门票都一样，海螺沟门票75元，游览车票80元，这个可能和他一年四季的景色都很美的原因有关吧。

问：在景区内住宿去几号营地比较好？

在景区内住宿很少人会选择在一号营地，多数选择二号营地和三号营地，因为便于观看雪山景观，也便于第二天的行程安排。在二号营地住宿可以泡温泉，如果天气好，一定要早起，在旁边的二层观景台观看“日照金山”的壮阔景象。三号营地离冰川近，是前往冰川的最后一站住宿地，不过价格比较贵。

问：去泡温泉需要带什么东西？有哪些注意事项？

有的地方会提供毛巾与一次性泳衣，还有洗漱用品，农家乐就没有，最好提前备好泳衣、毛巾、还有洗漱用品，自己准备也比较卫生。

注意事项：

- 1、肚子饿的时候，不可以马上浸温泉，因为空腹泡温泉很容易会有头晕，想要吐及疲倦的情形。
- 2、刚吃饱饭或是喝完酒，不可以马上去浸温泉，不然会有消化不良及脑溢血的情形。
- 3、营养不良或是生病刚好，身体很差时，不可以去浸温泉，会有晕厥的可能。
- 4、有心脏病、高血压及有动脉硬化的人，要浸温泉之前，要先慢慢地用温泉擦身体，再泡温泉，不可以一下子就去泡温泉，会影响血管的收缩。
- 5、有癌症、白血病人，不适合浸温泉，因为容易刺激新陈代谢，使身体很快变衰弱。
- 6、65岁以上的老年人一定掌握好泡温泉的时间，不宜超过15分钟，时间长了能出现头晕恶心症状。
- 7、喝水及时补充体温升高流失的水分。
- 8、部分皮肤病患者，不宜泡温泉。泡温泉虽有美肤的疗效，但对于患冬季痒、湿疹、异位性皮炎等的人，泡在热水中过久，由于加速皮肤水分的蒸发，破坏皮肤保护层，会恶化症状。
- 9、如果在浸温泉的时候，感觉身体不舒服时，就应该离开。

线路推荐 · SCHEDULE

海螺沟主要划分营地来区别海拔高低，越往上走海拔越高，如果你被一二三四营地弄晕了，简单的说，营地这个东西是按海拔高度定的，数字越大海拔越高，越接近贡嘎神山。你只用记住，四号营地离贡嘎最近，可以坐缆车，只有一、二号营地有温泉，三号营地是中转，可以看到金山，顺便提醒各位爬山步行需要冰爪。海螺沟差不多两天三三就可以玩的很舒服，看自己的时间安排。

探险怀古两日游

D1 雅安—二郎山—大渡河—泸定桥—磨西古镇

从成都出发沿途观川西平原风光进入雅安，感受雅安的浪漫魅力。

接着经天全县穿越二郎山隧道，欣赏“一山有阴阳”的两种截然不同的景色。继而进入甘孜州境内，远眺大渡河峡谷风光，感受无限的太阳光影魅力。沿大渡河逆流而上抵泸定，游览著名红色旅游景点泸定铁索桥，感受当年红军飞夺泸定桥的气势。如果您有兴致的话，也可体验大渡河激情漂流。最后抵达磨西古镇，参观当地特色金花寺庙。尽管岁月沧桑，人们从它众多的明清古建筑中也能窥探出其久远的历史痕迹。

D2 海螺沟

早晨乘景区观光车缓缓进入原始森林风光，欣赏挺拔屹立的群山，古朴苍翠的参天大树，摇曳多姿的丝丝松萝。一路乘观光车行至三号营地，可坐索道鸟瞰冰川与森林的完美结合全景，最后到达本行程海拔最高处四号营地。在阳光明媚的日子里，可看到壮丽的大冰瀑布和“蜀山之王”贡嘎山主峰。可步行游山道漫步原始森林，后到达冰川观景台，观冰川裂缝、冰石蘑菇等冰川奇观。下午沐浴天然温泉，继续坐观光车回到磨西古镇。

康巴全境四日游

D1 成都—雅安—二郎山—海螺沟

早晨从成都出发沿途观川西平原风光进入雅安，感受雅安的浪漫的魅力。接着经天全县穿越二郎山隧道，欣赏“一山有阴阳”的两种截然不同的景色。继续前行直至海螺沟，第一天先乘景区观光车缓缓进入原始森林风光，欣赏挺拔屹立的群山，古朴苍翠的参天大树，摇曳多姿的松萝。

D2 海螺沟—康定

吃过早餐后一路乘观光车行至海螺沟三号营地，可坐索道鸟瞰冰川与森林的完美结合全景，在阳光明媚的日子里，可看到壮丽的大冰瀑布和“蜀山之王”贡嘎山主峰。可步行游山道漫步原始森林，到达冰川观景台，观冰川裂缝、冰石蘑菇等冰川奇观。下午可乘车前往康定，途中前往康定情歌（木格措）风景区参观，体验康巴藏族风情。

D3 新都桥—雅江

吃过早餐后乘车开始翻阅折多山，抵达新都桥，在此可以参观新都桥镇以及新都桥风光。之后沿着川藏南线翻越海拔4000多米的高尔寺山，抵达雅江，探寻这座深闺中的高原小山村的美丽和秘密。

D4 理塘—巴塘

早餐后开始翻阅海拔4000多米的剪子弯山以及卡子拉山，抵达广袤的理塘大草原，全程260多公里，基本为柏油路。

然后继续行进翻阅美丽的古冰川遗迹——海子山，当你看到山上遍布的各种各样的古代冰川运动遗留下来的巨石以及各类海子时，一定会被它的绝美而震撼。

景点 · SIGHTS

一号营地

一号营地海拔1940米，这里是生物、植物的庇护所。有温泉、远距离眺望冰川、原始森林。一号营地距磨西镇15公里，乘观光车过了楚河以后地势便豁然开朗起来，山清水秀、鸟语花香、棕榈和翠竹点缀于汉彝村寨间，一幅幅清幽淡雅的亚热带山村田园风光便会映入眼帘。过了一号营地便进入海螺沟的核心区，由于沟内奇特的地质、地貌、和气候环境，使贡嘎山主峰到海螺沟沟口的6300米高差范围内植物地理与植物区系成分复杂、生物多样性强，构成中国 and 世界上最据代表性的自然垂直景观结构剖面之一，形成了7个明显的气候带和植被带，是中国古老与原始生物物种保存的最多的地区之一。海螺沟内茂密的原始森林还是众多珍稀动物的栖息地。夏秋季节猕猴、小熊猫、红腹角雉、藏马鸡等三五成群在林间采食野果，牛羚、盘羊成群结对的到热水沟饮用温泉，此时海螺沟又成了一个充满生机的动物乐园。

二号营地

温泉



温泉池 by zqrsxbd

一般去海螺沟旅游，如果不泡温泉那是最大的遗憾。从海螺沟一号营地前行7公里，便到了热水沟畔的二号营地温泉疗养中心。在二号营地有一处温泉眼，水质清澈，温度从高到低均有，远远望去，烟雾蒙蒙，甚为壮观。二号营地温泉给人的感觉比较原始古朴，没有多少人工制作的痕迹。经化验此泉属碳酸氢钠型中性优质医疗热矿泉有保健及治疗作用，对神经痛、胃肠病、糖尿病、关节炎等有奇特疗效。

二号营地温泉费用80元/人，温泉池周围是茂密的原始森林，风景优美，置身于池中，洗尽旅途疲劳，尽情享受温泉之趣。若是冬季至此，更可享受露天雪地温泉之乐：一边泡温泉、一边欣赏雪景，如果运气好遇上降雪，你则可在热呼呼的露天温泉里慢慢欣赏雪花飘飞的奇景。



小天fotos

外面下着雪，看着雪山，喝着热茶，泡着汤，真是梦想中的画面...这几天在日本出差，日本人给我讲箱根富士山的温泉，我给他们看这个海拔2700多的雪山温泉，他们纷纷表示羡慕...在这里休息了一晚上，几天的疲劳完全消失了...

——《我爱高原，我爱雪山》

三号营地

日照金山

离开二号营地，经海螺沟内唯一的古冰碛湖-水海子便到了海拔2940米的三号营地。这里是观赏“日照金山”的理想位置。“日照金山”是海螺沟五大奇景之一。每当天气晴朗，朝霞照射于贡嘎山南侧的三连峰、金银山、无名峰等海拔6300米以上的白雪皑皑的雪峰上时，银白色的雪峰霎时披上了一层耀眼夺目的金黄色，灿烂辉煌、壮丽无比。若欲观赏“日照金山”的奇观，切不可贪睡，春夏6时40分、秋冬7时20分左右是观赏“日照金山”的最佳时间。

四号营地

原始森林



原始森林 by i兔纸

森林里保存着很多原始生物物种，各种野生观赏植物争奇斗艳，将海螺沟装点成五彩缤纷的世界。同时海螺沟也是世界众多珍稀动物的栖息地，它们穿行于山谷和原始森林间，虽然其中不乏凶猛的狗熊和野猪，但只要人不主动伤害它们，它们是不会主动攻击人类的，绝大多数野生动物对人类已从生疏变得渐渐熟悉了，随着旅游者的增多和国家保护野生动物法令的实行，野生动物不再惧怕人类，但是在观赏时还是要注意安全。

冰川



冰川 by i兔纸

四号营地地面无住宿点，在这里可以看见冰川的全景，也有索道可以乘坐。

冰川旅游指南

在冰川圣洁柔雅的外表下隐藏着巨大的冰川力量，把山上的室友、泥沙推向山下，由于冰川受气温影响融化起伏，石头也就随着冰川地形的变化而滚落、滑坡。如果听见附近有巨大的轰鸣声，说明附近有某块巨石所在地表的冰川基座融化而滚动滑落到下游，所以在此游览一定要注意安全。

上冰川指南：

当您到达三号营地之后，有多种选择看冰川：

- 1、乘索道上四号营地，费用较贵，往返150元/人，但比较轻松，不过坐在索道上游览没有参与感。
- 2、步行上冰川：到达三号营地后沿观光路步行道观景台，单程步行约1-2个小时，途中穿越原始森林，景色非常漂亮。到观景台后，还可以走到冰川地步，近距离观赏冰川，但是比较消耗体力，如果选择步行，记得带足充分的食物如巧克力、饼干、面包等，景区内东西很贵，保持体力。
- 3、乘滑杆。在观景台上有很多人力滑杆，可享受步行所看见的风景也比较节省体力，对体力较差和老年人适合，乘滑杆可一段一段乘坐，费用也从20元-80元不等。

周边景点

磨西古镇



磨西老街 by YISSHUI

磨西镇在海螺沟沟口，是去海螺沟的必经之路，汽车也都停在这里，磨西镇历史悠久，尽管岁月沧桑，人们从它众多的明清古建筑中也能窥探出其久远的历史痕迹。旧有的中国式建筑依旧保存着那份凝重，而其中一座法国传教士修建的哥特式教堂，它所传出的礼拜祷告钟声已回响了一个世纪，中西文化的交融给古镇增添了另外一番情趣。这座教堂的名气来自于长征时毛泽东、周恩来、朱德等人曾在此住过一晚，并在此召开了磨西会议。

天主教堂



哥特式天主教堂 by lql62491133

天主教堂位于磨西镇老街，始建于1918年，1935年5月红一方面军两万主力途经磨西飞夺泸定桥，毛泽东、朱德、周恩来、陈云等中央领导宿营磨西天主教堂，在神父楼召开了著名的磨西会议，毛主席住地旧址和磨西会议旧址保存完好。

磨西古镇街道图



古镇地图 by 715ly

牛背山



牛背山合影 by 叫我缪缪

牛背山位于四川省雅安市荣经县境内，与泸定县交界，属二郎山分支，是青衣江、大渡河的分水岭，山顶海拔3600米。本来就是一矿山，后来被发现可以看见众多川内知名山峰，因而名声大振。非旅游开发区，无供电，无热水，无植被，无客栈（只有“帐篷客栈”提供大通铺）；海拔3600米，早晚温差近20度，白天日照强烈，夜晚寒风凛冽，天气多变。

雅家埂



红石滩 by 277403271

从海螺沟去雅家埂车行在一个小时左右，它位于康定老榆林和海螺沟磨西镇之间，雅家埂河上游，是贡嘎山脚下又一颗光耀夺目的明珠，自古以来就承载着内地与藏区的联系纽带作用，雅家埂身上环绕着“唐蕃古道”与“茶马古道”的双重光环。从山下一路盘山公路上去，途经红石滩、雅家情海，最后到达雅家埂石碑、灰海子。所以去的话最好自驾或者包车，如果体力好的话可以骑车。值得一提的是雅家情海，据说六世达赖曾经去过，在那里作过许多情诗，如果时间不赶的话值得一看哦！

燕子沟

燕子沟是海螺沟的姊妹沟，离海螺沟距离10余公里，在游客之间的传播度不是很高，正因为如此，你可以感受最原始的风景，景区景点有天药水坪、定海神针、红石滩、羚牛坪、燕子岩、冰窖口、坛城、药王庙、圣德拉曼扎、黑石窖以及贡嘎主峰观景台。

活动 · ACTIVITIES

康巴风情晚会



歌舞晚会 by 晞晨

晚会帐篷内点燃了汽灯、蜡烛和酥油灯，光芒透过帐篷，宛若无数颗星星在夜空中闪烁。在入场前工作人员都会给大家发一条哈达，还有烤羊与煮土豆，藏族同胞表演他们特有的歌曲与舞蹈，非常热情，现场氛围很热闹，领略藏族风情。

娃娃会

彝族有给未成年儿童过娃娃节的习俗，娃娃节的时间在清明前后或谷雨前后举行，一般是一天，由村上族长或德高望重的长辈带上娃娃们在野外聚会，耍坝子。

除让娃娃们尽情玩耍外，还备有丰盛的野餐，族长讲彝族历史、礼仪、自然知识等民族文化。

通过这样的活动，让娃娃们增长社会知识、懂礼仪，增进互相之间的沟通和团结，并从小树立本民族的自尊、自爱、自强的理念。

火把节

每年农历六月二十四日举行彝族火把节，持续时间大约一周，磨西彝族火把节比起凉山的规模和欢乐程度要小得多，但意义和形式是一样的。

火把节是为了纪念距今1000多年以前的一位勇敢、智慧的彝族妇女而设定的。传说，这位妇女的丈夫是彝族部落的首领，被外族人骗走，惨烈被害，被烧死在千里之外，他的妻子斯惹阿呷带领族人去打败仇人，找回丈夫的尸骨，连夜打着火把回到凉山家乡，乡亲们也高举着火把迎接首领的英魂，欢庆胜利。在明亮的火把中，为死去的首领尸骨举行隆重的葬礼，这一天正好是农历六月二十四日。

火把节期间，彝家人饮酒食肉（将牛肉、羊肉、猪肉砍成砣砣，俗称“砣砣肉”），彝胞们穿上节日盛装，观看斗牛、斗鸡，并表演歌舞，举行摔跤等活动。夜间，彝胞们燃上火把，围着村寨，举行纪念先祖的活动，火把象征光明，火人驱除邪恶和瘟疫，然后唱彝歌，狂欢通宵。

同时，火把节还是彝族青年男女一年一度相亲约会的好时光。

牛王节

农历十月初一日，相传为牛王菩萨生日，农家要吃糍粑，牛角尖上要糊糍粑，供牛吃，耕牛免役1天，解放后只食糍粑，不敬牛王菩萨。

彝族年

磨西彝族也有本民族的彝族年，时间是每年的农历十月二十二日至二十五日之间。

大年初一的日子由各村各户制定，一般过三天，节日期间彝族男女老少穿上新彝装，初一不出门，吃团年饭，以辞旧迎新；初二祭祖，走亲拜年；初三举行娱乐活动。

彝年期间，家家户户宰牛杀猪、杀羊，备上酒，炖好砣砣肉，与前来拜年的其他民族朋友或党政领导共庆丰收。

高原上多吃牦牛肉

牦牛肉被誉为“牛肉之冠”。属半野生天然绿色食品，磨西镇属于甘孜地区，生产很多牦牛肉，价格也便宜，可以给亲朋好友带一点，同时在高原地区吃牦牛肉御寒，它富含蛋白质和氨基酸，铁元素以及胡萝卜素、钙、磷等微量元素，脂肪含量特别低，热量特别高，对增强人体抗病力、细胞活力和器官功能均有显著作用。

住宿 · LODGING

海螺沟的酒店业发展比较快，在海螺沟的住宿主要有以下几个选择，分别是：摩西古镇、一号营地、二号营地和三号营地。沟口到磨西镇有很多宾馆、招待所、农家乐等，仅四星级宾馆就有冰川饭店、明珠花园、长征酒店、贡嘎宾馆等，价格也从30-300元/人，应有尽有。

景区内从一营地到三营地均有宾馆，但每个营地的宾馆数量不多，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。一般景区内的宾馆温泉都免费。

磨西古镇

明珠花园酒店

酒店按照四星级修建装修，依山而建，贡嘎雪峰耸立其侧，其建筑风格为欧陆风情独立式别墅。凭窗远眺，冰川幻影尽收眼底，令人心驰神往。在清晨的第一缕阳光中，会看到“日照金山”的奇景。酒店集客户、餐饮、会议、娱乐于一体。全天热水服务，为游客提供票务、观光等配套服务，非常温馨。

地址：四川省泸定县磨西镇海螺沟沟口

电话：0836-3266166

参考价：200元-400元

周围景观：海螺沟冰川森林公园、磨西天主教堂、磨西镇老街、燕子归自然风景区（三公里之外，景色很好，适合徒步、摄影）

长征大酒店

紧靠海螺沟沟口，依山傍水，冰川河水绕楼而过。精美的红军长征装饰艺术寓意深远，是西南地区的长征文化实景载体。酒店占地约60亩，拥有各式房间，拥有景区独有的演出中心，还有各种类型的会议室。酒店与长途汽车站相邻，配套设施齐全，交通便利，步行至海螺沟冰川森林公园仅需5分钟，至红军长征磨西会议旧址仅10分钟。

地址：海螺沟磨西镇景区沟口

电话：0836-3266608

参考价：320元-700元

冰川饭店

整个饭店建筑呈藏式建筑，内含风格各异的标房、套房和单人间。康巴风味，横断山温泉，磨西古镇的山水，蓝天，白云镶嵌融于一身，下榻冰川饭店带您走进雪域高原，领略热情奔放的康巴文化，让您邻近蓝天，回归自然。

地址：海螺沟磨西镇汽车站旁

电话：0836-3268607

参考价：200元-380元

哈姆青年旅舍

哈姆的硬件措施不是很好，但是如果你对海螺沟一无所知，去找这里的老板，她会给你设计最适合你的最佳路线，告诉你买地道的山货，收最实在的价钱，旅舍里还比较温馨。

地址：西镇林业局旁

电话：18615579037 15281572918

参考价：40元-180元

米兰青年旅舍

米兰青年旅舍位于摩西古镇三岔路口附近，大巴车到达摩西之后不用进站直接从三岔路口下车走两分钟就到，很近。住宿条件还可以，墙是彩色的，房间里没有空调，但是有电热毯。部分房间带独立观景台，可以观看雪山。

地址：磨西镇照光路（贡嘎宾馆对面）

电话：0836-3266518 13108377771

参考价：35元-360元

鑫飞背包客栈

这个客栈是LP里面隆重推荐的一家，非常有名，老板和老板娘都是残疾人，非常勤劳朴实，老板身上有很多传奇的故事，尽管他是一个残疾人，但是是一个真正的背包客和旅行者，既坚强又睿智，如果感兴趣就去听一听吧。

地址：秦磨西老街中段 天主教堂北20米

电话：0335-8905678

交通：从磨西车站下车后走到磨西老街往北走就可以看见

参考价：30元-60元

一念时光旅舍

旅舍拥有“阳光如沐”、“温馨似月”、“同倚斜阳”、“初见如你”四种主题木屋，古典惬意的格调，让你远离城市的喧嚣。房间内干净舒适，还有海螺沟山水摄影作品。一楼咖啡厅有wifi，茶水，啤酒，藏餐，各类风味小吃。在这里，叫醒你的不是老板的电话，是清晨的第一道阳光！

地址：磨西镇民俗风情步行街

电话：0836-3266033

参考价：36元-180元

一号营地

海螺沟雪域温泉假日酒店

海螺沟雪域温泉假日酒店在海螺沟地质公园内一号营地。藏式风格的酒店依山而建，大小温泉池可泳可浴，泉水水温78℃，泉水终年喷涌，水质属优质矿泉水，含多种医疗矿物质定名指标，且含量较高，直接饮用，对身体也有好处。对滋润皮肤，护颜养面，治疗皮肤性疾病尤显保健功能。

地址：海螺沟冰川森林公园一号营地内

电话：0836-3266866

交通：雪域温泉坐落再海螺沟景区中间，距沟口15公里处，海拔1940米，距三号营地车程20分钟，海拔相差1000米

参考价：180元-380元

贡嘎神汤温泉大酒店

其宫廷园林式宾馆座落在贡嘎神山群峰和原始森林环抱中，伴随着冰川河谷的潺潺流水，仿佛置身于如梦如幻的仙境之中，空气含氧量特优，是国内高山温泉中海拔最低的冰川温泉，在此洗浴温泉不会产生头晕、胸闷、缺氧等高山反应。所有温泉池均采用独立流动式给排水系统，非常卫生。

地址:位于景区第一道山门与一号营地之间

电话:400-7558888

参考价:380元-580元

二号营地

海螺沟冰川温泉度假村 泡温泉最佳酒店

海螺沟冰川温泉度假村位于海螺沟二号营地，属核心景区内，海拔2580米，距景区大门23公里，距索道9公里，只有乘坐观光车才能到达酒店，观光车最晚一班的时间为17:00，如果要入住该酒店需17:00前到达，酒店17:30以后将不能办理客人入住。

地址:海螺沟二号营地

电话:0836-3266170

参考价:690元-860元

木林森村特色酒店

全木质的雅居。这里一山傍水，空气清新，特色天然的农家菜，烧烤土鸡，雪山腊肉一定让你赞不绝口！海螺沟木房子客栈房屋设计是纯杉木木穿斗青瓦房，全木板古式装修，冬暖夏凉。住在海螺沟木房子客栈可欣赏山花，夏避酷暑，秋观红叶，冬看雪景，一年四季美景不断。

地址:海螺沟景区内往贡嘎神汤方向8公里处

电话:0836-3261888

参考价:100元-410元

三号营地

金山大酒店 景区内观赏日照金山的最佳酒店

金山酒店座落于万所雪山脚下，是海螺沟景区离冰川最近的饭店。融合了藏汉装饰风格，酒店在景区内，入住酒店需要购买景区门票，并需在景区门口换乘景区观光车进入景区，观光车最晚一班的时间为17:00，如果要入住该酒店需17:00前到达，酒店17:30以后将不能办理客人入住。

地址:海螺沟三号营地

电话:0836-3266433

参考价:180元-380元

银山大酒店

位于海螺沟风景名胜区的三号营地，这里是离冰川最近的地方，四周原始森林环抱，如同置身于天然氧吧，足不出户，就可以眺望千年雪山和观察自然奇观“日照金山”，这里是朝拜贡嘎山的必经之地，酒店内设施配套非常齐全。

地址:海螺沟三号营地

电话:0836-3266383

参考价:200元-580元

餐饮 · EATING

美食 · DELICACY

海螺沟的美食主要集中在沟内和磨西镇两个地点，饭菜相对来说都比较简单，海螺沟内由于海拔较高，饭菜不易熟透，外地人较不易适应。

如果想品尝当地美食，可以到附近小饭馆就餐。当地特色餐主要为牛羊肉，又以当地两大少数民族——康巴藏族和彝族的特色有关。但在康定之前，饮食特点以川菜为主，没有太大的区别。

藏族以熏烤肉为主，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，若游客需要当地特色菜品，可以提前准备，也有已加工好的成品出售。

筵席

红白喜事摆“九大碗”，有钱人家先喝酒吃炒菜，酒后，进饭时上大碗菜，以后发展为十碗，摆成4、3、2、1金字塔形。农村九大碗为猪肉墩子两碗、丸子、蒸菜为主菜，酥肉、粉条、海带、木耳等为佐菜。庙会、香客、寺院用素席，以植物油为原料，油炸豆腐、瓜薯为主。

腌腊肉

境内有腌制腊肉的传统习惯。每年冬至以后宰年猪，通常割成3-4斤重一块，穿以棕叶挂绳覆于大锅内或缸内，层层施粉盐盖上，腌至3-5天取出挂于室内或土楼内，表面抹盐后用核桃壳、柏枝叶点火，置肉于上，以烟熏之，晾干通风之处，风吹干后收藏。

糕点

民间过年，农家自熬玉麦白糖糖，用天粟米炒泡以糖粘合成饼，叫天粟饼，然后挤压成条，再切成片。

玉米白糖糖经过加工成条撒以炒面存放，叫麻糖。用花生仁、核桃仁、芝麻、炒天粟炒后磨面制成条，再切成中指头大小颗粒，晒干后，在锅内用灶灰或砂拌炒这，将灰砂去尽，放糖粘合再放天粟花花“穿衣”拌匀即成，叫花果子。富户之家则用清油麦面、糯米、芝麻、蛋、红白糖等原料制作高级糕点。

老荫茶

旧时一般人上街赶场坐茶馆，泡盖碗茶聊天，平时在家讲究吃“老荫茶”（粗茶），一壶水放入粗茶熬开后即可一天饮用，贫困山乡自捡山楂叶子储存备熬水喝。

农民有饮生水的习惯。富户人家用细茶分别泡盖碗茶，红白喜事皆大锅熬茶相待客人。凡有街道地方，均有数家简易茶馆，铺面宽阔者设多张茶座，整天营业的茶馆，用说评书、下棋、围鼓招徕顾客，有时茶馆成了争执评理场所或经商洽谈地方。沿途也有茶桶盛熬茶施舍行人。

砣砣肉

彝族旧喜食砣砣肉（煮熟即食）、罐罐酒，数人围坐，罐中置麦杆吸食，叫“咿杆子酒”，现改为喝碗碗酒，肉食亦烹调，与旧时大不一样。

推荐餐馆 · RESTAURANT

军屯锅魁



超级好吃的饼 by nanalsj

磨西镇小吃店不多，所以这家在镇上也显得特别显眼，锅魁很能充饥，好吃不贵。往老街方向走就可以看见这家店。

七号营地酒吧



七号营地酒吧 by YISSHUI

这里自酿的水果酒中梅子酒最好喝，青梅酒、猕猴桃酒也不错，樱桃酒不好喝，另外这里不仅仅是一家酒吧，还提供马匹、向导和装备，有什么问题都可以咨询老板阿不，在磨西镇土生土长的藏族人。

地址：磨西镇老街中段(往北走)

TIPS 磨西镇吃的比较少，当地主要以汉、藏、彝为主，食物风味也不一样，如果害怕不适应，在去之前，多准备一些食物自带过去。

交通 · TRANSPORTATION

到达与离开 · GETTING THERE & AWAY

成都是西南地区最大的铁路枢纽全国20多个大中城市有列车直达成都，交通非常便利。去海螺沟最好先到成都中转，一来去海螺沟没有直达的飞机与火车，需要乘客车过去，二来可以了解成都这座来了就不想离开的城市，这里琳琅满目的美食，会让你的视觉与味觉得到双重的满足。

飞机

成都双流机场是中国中西部地区最繁忙的民用枢纽机场。

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。市区至成都机场发车时间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，到成都市天府广场约60元左右，到双流县城20元左右。

机场-新南门车站

从机场到岷山饭店（终点站）的票价是12块。下车以后继续往前走，走到头拐再走一点就到新南门车站了。走路大概15分钟左右，还是挺近的。去新南门车站打车的大概50元左右，一般都不打表，可以讲价。

TIPS 从双流机场到成都市区的高速路是不收过路费的，从成都市到机场的话会收14元过路费。

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）：位于成都北二环路上。

成都南站：可往返重庆、武汉、长沙、南宁、贵阳、杭州、广州。

成都南站-新南门车站

坐49路直达，在“新南路”下车，下车后继续向前走，路口过街就到了。

成都北站-新南门车站

从售票大厅旁边的火车北站东广场站乘坐28路到新南路站下或者在出站口这一侧的火车北站公交站乘坐55路到新南路站下。

打车30分钟左右，40块钱。

TIPS 去海螺沟要去新南门车站坐去往磨西镇的班车，只有每天早上9点30的一班车发往磨西镇，其他的时间段没有。所以去之前最好提前一两天买好汽车票。

长途汽车

从成都到海螺沟最方便的就是到新南门车站坐车，这趟车是可以从成都直接坐到磨西镇，早上9:30发车，如果错过了早上的车就赶在中午之前坐发往泸定的班车91元，然后在泸定坐面包车或者小车（驾驶车窗前有明显标志）20元到海螺沟。所以一定要提前去新南门车站去买去磨西镇的票。

新南门车站

成都市新南门汽车站，又名成都旅游客运中心位于新南路，具有良好的候车环境以及先进的售票、服务系统。市内可以乘坐6、28、49、55、301路等公交车到达，汽车站也有提供旅游相关服务。新南门车站的班车线路覆盖成都周边、以及川内知名旅游景区。亲自整理的详细班车时刻表。新南门汽车站的服务比较好，而且在接待处还能够为国外游客提供双语服务。

电话：028-85433609

时间：9:30车发往磨西镇

票价：138元/人

从磨西镇离开返回成都，镇上有班车直接回成都，每天只有一班车，淡季是一班车返回成都，旺季就回加几班车，具体时间需要自己询问。票价是145元/人。

自驾路线

由成都经成雅（经双流、新津、邛崃、名山、雅安）高速公路，过天全，穿二郎山隧道抵海螺沟风景区，全长280公里左右，行程6-8小时左右。去海螺沟的公路有国道318线和108线两条公路，路况良好，以下提供三种至海螺沟的旅游线路供选择。

线路一：

1、成都-二郎山隧道：从成都到雅安为全程高速公路（134公里），雅安至天全（38公里）公路为双车道水泥路面，过天全即进入二郎山（110公里），此段为全程水泥路面。二郎山隧道全长4.1公里，可以双向通车。

二郎山隧道西口-泸定：过二郎山隧道后，即进入泸定县境内。

2、泸定-磨西：从泸定到磨西约52公里，途中需经过新修的大渡河大桥，路况良好。

3、磨西-海螺沟：以前只能靠骑马和走路进入海螺沟了，现在在全景区从一营地到二营地及三营地均通了公路。

路面碎石铺成，全是盘山公路，对外地驾驶员来说，还是比较危险的。从三营地到观景台，以前只有走路或骑马，现在乘车可直到索道售票处，并修建了高空索道，游客可乘索道直达大冰瀑布的顶部。

当然也可步行前往，从三号营地先乘观光车到索道购票处，再沿观光路步行上到观景台，约需1小时左右，可看沿途原始森林的景色，并要翻山越岭，走一走羊肠小道，到观景台后，还可下行到冰川底部，近距离观赏冰川。

线路二：

由成都经成雅（经双流、新津、邛崃、名山、雅安）高速公路，翻泥巴山，过汉源、石棉等县，全长468公里，12小时左右可抵达海螺沟风景区。

线路三：

由成都经都江堰、卧龙自然保护区、小金县、丹巴县、泸定县，行程两天可到达海螺沟，全程750公里。

好处是可先游玩四姑娘山，借道小金县，沿小金河下行到丹巴县，以欣赏丹巴县的碉楼、藏寨及墨尔多神山，当然还有全国出名的丹巴美人。之后经八美、塔公、新都桥前往康定，再前往海螺沟。

途中除康定-泸定路段外，其他路段均良好，是自驾车旅行的不二线路。

当地交通 · LOCAL TRANSPORTATION

出租车

游览景区可以乘坐出租车，当地实行环保车制度，一来可以保证安全，二来有利于环保。

据当地管理局介绍，之所以用碎石铺路是为了保证冬天道路的使用，因为在冬天，公路上的积雪很厚，如果在水泥路上经过车辆的碾压，由于全是盘山公路的原因，即使绑上链条，也是非常危险的。

出租车只能去一号营地，大约30元左右。

观光车

在海螺沟有专门的旅游观光车，海螺沟门票70元/人，观光车50元/人。

索道



索道 by 叫我缪缪

当到达三号营地之后，如果想看冰川，可有多种选择：

1、乘索道上四号营地看冰川，费用较贵，往返160元/人，但比较轻松。

2、步行上冰川：从三号营地先乘观光车到索道购票处，再沿观光路步行上到观景台，单程步行约需半小时至1小时左右，途中穿越原始森林，景色非常漂亮。到观景台后，还可下行到冰川底部，近距离观赏冰川。但步行比较累，时间也较长。

3、可在步行处乘四川特有的滑杆上观景台，可享受到步行所看到的风光，但比较节省体力，对那些体力较差及老年游客比较适合，乘滑杆可一段一段的乘坐，费用也从20-80元不等。

是否需要乘坐观光索道

海螺沟观光索道是3号营地到4号营地的唯一途径，途中横穿壮阔的大冰瀑布，同时观赏贡嘎主峰与冰川上的小型雪崩（雪崩不是随时都有）。四号营地能更近距离的观看大冰瀑与贡嘎主峰。

是否要坐索道，当然首先取决于你的意愿，150元/双程。再者取决于天气，阳光明媚的日子，横穿冰瀑视野辽阔，是非常诱人的。

阴雨绵绵雾气濛濛的日子，还是徒步栈道的好，虽无法正面观摩冰瀑，但也能近距离接触冰川，走的原始森林里与动物接近，看千奇百怪的植物，听冰瀑的怒吼，是不一样的风景，如果体力支撑的住就走路吧，走走路，对身体好。

小贴士 · TIPS

泡温泉注意事项

- 1、一定要记得把身上的金属饰品摘下来，不然你会很难过地发现自己心爱的首饰已经被硫化成黑色的了。
- 2、避免空腹、饭后、酒后泡温泉，泡温泉与吃饭时间至少应间隔一小时。
- 3、选择适应自身的高、中、低温度的温泉池，一般从低温到高温，每次15-20分钟即可。
- 4、温泉不宜长时间浸泡，否则会有胸闷、口渴、头晕等现象。在泉水中感觉口干、胸闷时，就得上池边歇歇，或喝点饮料补充水分。
- 5、皮肤干燥者浸泡温泉之后最好立刻抹上滋润乳液，以免肌肤水分大量流失引起不适。
- 6、过烫过酸的温泉不要泡，温度在30~45℃比较适宜。
- 7、最好不要独自一人泡，以免发生意外。
- 8、泡完温泉后不必用清水冲洗，但是强酸性温泉和硫化氢温泉刺激性较大最好还是再冲洗一下，以防有副作用，皮肤容易过敏的人更要注意。
- 9、根据水质划分，温泉一般分为中性碳酸泉、碱性碳酸氢钠泉、盐泉和硫酸泉四种。温泉的水质不同，则对不同的病症具有不同的疗效。如各种成分都有的单纯泉，对于神经痛、风湿、皮肤病等有疗养作用；含有二氧化碳的碳酸泉，则对治疗高血压、心脏病有好处。所以泡温泉以前，最好先了解温泉的种类，并根据自身条件进行选择，才能真正达到泡温泉的预期目的，并可避免给身体带来伤害。

不宜泡温泉人群

- 1、皮肤过敏者不宜泡温泉。
- 2、孕妇及手术过后者不宜泡温泉。
- 3、糖尿病患者不宜长时间泡洗热水澡、蒸桑拿浴和泡温泉，因为水过高可让患者注射的胰岛素吸收加快，而且长时间身体过热使机体能量消耗增加，心脏负担加重，很容易出现意外。建议糖尿病患者在洗澡时时间不能超过20分钟，水温不要超过40℃，以免出现意外。
- 4、容易失眠的人，不要长时间浸泡。
- 5、凡有心脏病、高血压或身体不适者，不宜泡温泉，除非经医生允许。

泡温泉的三种方式

享受温泉保健有“浸、淋、泳”三种方式，“浸”就是在不同温度的池中反复浸泡，能承受高温度的游客在40℃的温泉池中浸泡，感觉特别刺激，皮肤好像有千万支细针进行针灸治疗。

“淋”是在温泉花洒前由头至脚全身喷淋，或者用木桶盛起温泉水多次淋。

“泳”就是在温泉泳场中畅游，热力按摩加上游泳锻炼，肯定是一项较高强度的体育运动。

选择徒步上四号营注意事项

四号营可以看见冰川，但是选择徒步上去还需要走一个小时的样子，一定要注意徒步过程中及时增减衣服，因为越往上走越热，如果出汗很容易感冒，如果觉得冷一定要注意保暖。最好带一件冲锋衣，同时选一双舒服的运动鞋，不要穿皮鞋，或者单薄的鞋子，这样走几步路就受不了了。上山时要带足充分的食物，保持体力。

泡温泉的步骤

- 1、探试池温。先用手或脚探测泉水温度是否合适，千万不要一下子跳进温泉泳池中。
- 2、脚先入池坐在池边，伸出双脚慢慢浸泡，然后用手不停地将泉水泼淋全身，最后时不时让全身浸入到泉水中。
- 3、先暖后热。温泉区内设不同温度的泳池，从低温度泉到高温泉浸泡要循序渐进，逐步适应泉水温度。
- 4、掌握时间，一般温泉浴可分次反复浸泡，每次为20至30分钟，如果感觉口干，胸闷，就上池边歇一歇，做一做舒展体操运动，再喝一些蒸馏水以补充水分。有些人喜欢让全身泡得通红，但要注意是否会出现心跳加速，呼吸困难的现象。
- 5、按摩配合。适当的穴位按摩会加强温泉保健的功效，对一些疾病有明显的治疗作用。
- 6、注意冲身，尽量少用洗发水或沐浴液，用清水冲身则可。

山路驾驶注意事项

山路行车，依山傍崖，沟深坡陡，弯多路险，崎岖不平，除要求车况良好外，驾驶员必须掌握一定的驾驶技巧，才能保证行车安全。驾驶员需全神贯注，应避免疲劳驾驶，同时在出行前查好天气，避开阴雨天出行，不过以防万一路上变天一定要带防滑链。

- 1、山路行车，驾驶员的驾驶操作强度要比在一般道路上大，精神经常处于紧张状态，这就要求驾驶员在行车前就要调整好驾驶姿势，尽量创造一个舒适、宽松的驾驶环境。通过悬崖峭壁等险道时，不要观看山间景色或窥视深涧悬崖，万不可分散精力和产生紧张心理；应注意观察路面状况，并尽量沿路中或靠近山壁一侧行驶；行驶中应握紧转向盘，切忌紧急制动，以防侧滑而坠崖。
- 2、山路驾驶时，驾驶员视点要远且要尽量看清路面情况和路边环境。要尽量利用路面的宽度选择行驶路线，遇到弯道视线受阻时，应严格做到“减速、鸣笛、靠右行”，以防转弯中遇到会车或转弯后遇到路障而措手不及。
- 3、连续的弯路是山路的主要特色之一。在转弯时会产生离心作用，上坡时车速较慢，离心作用较弱，同时车身重心后移，令转向不足的程度减小，车头方向会比较好控制；下坡时，情况正好相反，由于车速快，离心作用强，车身重心前移，转向不足的程度增加。在这种情况下，汽车如果不能在入弯前有效减速，甩出车道的可能性便较大。
- 4、挡位的使用。一般性的连续坡道，应选用2或3挡，载重车也可选择一档，目的是使车辆保有足够的爬坡动力。如果上坡时用了较高的挡位，当发动机出现动力不足现象时，应立即减挡，当顺序减挡不成功时，可越级减挡。
- 5、上山途中发生熄火现象时，不要惊慌，应立即手、脚制动并用把车停住，防止车辆后溜。在踏下制动踏板的同时，左脚踏下离合器踏板，然后重新启动发动机，缓慢起步，均匀加油，逐渐松开离合器踏板，同时松开脚、手制动，随即加大油门，车辆就可以继续前进了。
- 6、汽车在山区泥泞路上行驶，如果转向盘打得过猛或制动使用不当，都容易造成打滑或甩尾现象。驾驶员这时应在道路中央或顺着前车车辙行驶，车速要保持在30-50km/h。如有会车等情况时，应提前放松加速踏板并轻踏制动踏板，待车速确实降下来后挂低速挡慢慢打转向盘驶向路边，等情况处置妥当，再驾车驶向道路中央或顺着前车车辙逐渐提速。

实用信息 · INFORMATION

银行



旧银行 by 今生唯爱多海

磨西镇只有一家农业银行，如果没有农业银行的卡，在这里取需要扣几块钱的手续费，按一百块扣一块手续费以此类推。

地址：磨西镇老街（天主教堂旁）

背景 · BACKGROUND

历史 · HISTORY

历史上后藏香巴噶居派大成就者唐东杰布法王云游印度，汉土及康藏各地。知识渊博、先知聪慧，巧夺天工。在西藏、甘孜、青海藏区修佛塔128座，建桥128座。

唐东杰布法王在西藏创建药王庙，编写创作多种歌舞剧演唱历史故事，是藏戏创始人。他是杰出的和有影响的建筑家、佛学家、戏剧家、藏医学创史人和桥梁大师。

唐东杰布法王在海螺沟、燕子沟、大渡河谷留下跋涉足迹，修建寺庙、玛尼堆、佛塔旧址。

泸定桥建成后，唐东杰布法王取道海螺沟翻雪山支西坡修寺建塔，一吹海螺便引来林中禽鸟动物围着石穴听他念经。

唐东杰布法王离去后，鸟禽动物仍按法王吹海螺时间聚集在岩石穴四周，在石穴顶部长出棵棵树木，花草一派芸芸众生景象。

唐东杰布法王有一天给他弟子托梦，说他在海螺沟住过岩穴巨石，已被贡嘎山神策封为“海螺灵石”。以他随身宝物海螺封他跋涉过的那条深谷为“海螺沟”。

海螺沟、海螺灵石的名字由此而得名。

地理气候 · ENVIRONMENT

海螺沟位于贡嘎雪峰脚下，以低海拔现代冰川著称于世。晶莹的现代冰川从高峻的山谷铺泻而下。飞起三百万，将寂静的山谷装点成玉洁冰清的琼楼玉宇；巨大的冰洞、险峻的冰桥，使人如入神话中的水晶宫。

特别是举世无双的大冰瀑布，高达1000多米，宽约1100米，比著名的黄果树瀑布大出十余倍，瑰丽非凡。晴天月夜，景象万千，令人一见之后，终生不忘。

海螺沟地区因垂直高差大、气候类型特殊，山下长春无夏，植被丰富，气候宜人，年平均温度在15℃左右。山顶则终年积雪，年平均温度为-9℃。游客若要领略海螺沟特有的低海拔现代冰川（海拔2850米）的风采，宜早作御寒准备。

跟着它们去旅行

电影 / 电视剧 · MOVIE



新康定情歌

导演：江平

1949年的一声春雷，使那沉睡已久的雪山也幡然惊醒，古老而神秘的土地上酝酿着一场翻天覆地的变化……

音乐 · MUSIC

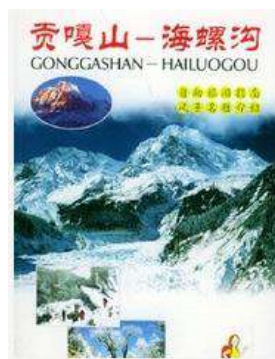


海螺沟之恋

演唱者：香巴拉之恋

近年来活跃在中国西部大舞台上的藏族知名组合歌手---香巴拉组合，她们来自四川省甘孜藏族自治州美丽的海螺沟。这是一支年轻美貌、才华横溢的姐妹组合，她有着故乡赐予的最纯真的歌喉和度母般善良的心灵。

书籍 · BOOK



贡嘎山：海螺沟——锦绣天府旅游系列丛书

四川古称“天府之国”，历史悠久，山川秀美，名胜启蒙岂有此理，物产富庶，是国内的旅游大省之一。历史曾有“自古诗人多入蜀”的说法，今天到蜀中一游的旅客都可以像古代诗人一般，尽情感受“天府之国”如诗如画的美景和淳朴亲切的民风。



责任编辑：王烨



* 感谢@叫我繆繆提供封面图片



顾问介绍

叫我繆繆

擅长摄影，可以为了自己想要拍的画面而不顾一切，喜欢与朋友自己旅行，爱叫自己人气小天王。



顾问介绍

715ly

喜欢去一个陌生的地方像和当地人一样去生活一段时间，喜欢在旅行的路上由一个人慢慢壮大成一个小团队。

特别感谢 以下用户的贡献：

叫我繆繆、小天fotos、277403271、June1988ilj、zarsxbd、i免纸、YISSHUI、715ly、19162491133、晞晨、nanalsj、今生唯爱多海（排名不分先后）



* 本攻略图片均由用户提供，如有侵犯到您的权益，请及时与我们联系。



你的位置

期待你的参与：)

旅游攻略 <http://www.imlvyou.com>



让旅行更简单