

山林温泉人文之旅（贵阳—兴义—遵义）

甲秀楼、黔灵公园、网红街区青云市集、文昌阁、保利温泉、乌江寨、赤水大瀑布+

佛光岩+遵义会议会址+竹海+万峰湖+万峰林 6 天 5 晚

日期	旅游行程推荐
第1天	<p>黔灵山公园：</p> <p>黔灵公园是国家 AAAA 级旅游区，位于贵阳市中心区西北，公园南接枣山路，东近八鸽岩路，东北有市北路，北至关刀岩、小关水库，西连长坡岭林场、七冲岭、三桥村及圣泉。距市中心 1.5 公里，面积 426 公顷，是国内为数不多的大型综合性城市公园之一。以明山、秀水、幽林、古寺、圣泉、灵猴而闻名遐迩。园内峰峦叠翠，古木参天，林木葱茏，古洞清涧，深谷幽潭，景致清远，自古是贵州高原一颗璀璨的明珠，有"黔南第一山"的美誉。</p> <div data-bbox="261 990 1476 1395"></div> <p>甲秀楼：</p> <p>甲秀楼在贵州省贵阳市城南的南明河上，以河中一块巨石为基而建。始建于明，后楼毁重建，改名"来凤阁"。清代甲秀楼多次重修，并恢复原名。现存建筑是宣统元年(1909 年)重建的。楼上下三层，白石为栏，层层收进，由桥面至楼顶高约 20 米。南明河从楼前流过，汇为涵碧潭。楼侧由石拱"浮玉桥"连接两岸，桥上原有小亭一座叫"涵碧亭"。甲秀楼朱梁碧瓦，四周水光山色，名实相符，堪称甲秀一</p>



青云市集：

来贵阳旅游，如果逛街的话一定要打卡位于南明区的青云路步行街，这里好玩有趣的同时，颜值和“食力”同样在线，不仅游客喜欢，也是本地人的心头好。走上步行街，用不了几步就能感受到汹涌的人潮，由老照片、时尚潮玩元素、个性化标语拼接组成的霓虹灯牌闪烁，前面就是整个步行街的精华所在——青云市集。这是属于老贵阳的记忆，每条老街，每一个门牌号都曾上演过人间烟火和普通人的平凡故事。



文昌阁：

文昌阁位于贵阳城区东隅，屹立于东门月城之上，始建于明万历二十四年，此阁建筑构造奇特，是三层三檐不等边九角攒尖顶建筑。文昌阁上远眺贵阳东山，感悟山中都市的深远，想象山外世界的广大



贵阳美食推荐：

1.贵阳丝娃娃

贵阳丝娃娃，别名素春卷，是贵州省贵阳市的一种常见的地方传统小吃，此菜脆嫩，酸辣爽口，开胃健脾。猛一看颇似产房里初生的婴儿被裹在“襁褓”中由此得名丝娃娃。



2.贵阳花溪牛肉粉

花溪牛肉粉发源地是贵阳花溪地区，是贵州的一道特色名小吃，制作原料主要有牛肉、酸莲花白、芫荽等。有原味牛肉粉、红烧牛肉粉、泡椒牛肉粉等不同口味。由多种名贵中草药精心严格制作，做出的牛肉粉与众不同，汤鲜味美，肉香。吃过的人都赞不绝口。

3.贵阳辣子鸡

贵阳辣子鸡是一道极具贵州特色的菜。做法是先将鸡切成块经过香料腌制，然后放入油锅内爆，熟后捞起。在油锅中放入大量的糍粑辣椒，辣椒制好后将鸡块倒回锅内同烹。这道菜可以是家常炒菜，也可以是火锅。由于辣子鸡在炸干水汽后可以保存较长时间，很多人家做好后存放起来慢慢享用。

贵阳晚乘机前往兴义，入住酒店

贵阳酒店推荐：

贵阳保利国际温泉酒店，位于股央视乌当区顺海中路 88 号，山环水绕，林木苍翠，富韩温泉酒店资源，泡池品种繁多，处处洋溢舒适自然之感。

联系方式:0851-86328888



早上乘机前往兴义-万峰湖-万峰林-住兴义

万峰林:

万峰林景区经典黔西南景点人气榜第 1 名万峰林位于兴义市城南，是典型的喀斯特盆谷峰林地貌，分为东、西峰林，景观各异。东峰林以巍峨的喀斯特峰丛为特征，西峰林是高原喀斯特景观。游览“天下山峰何其多，唯有此处峰成林”的万峰林景区，该峰林被<中国国家地理>“选美中国”活动评选为“中国最美的五大峰林”之一。这里的田园风光、布依风情美不胜收，每年 2-3 月油菜花开，一片片金黄色的景象，让人依依不舍，恋恋不忘，其间包含了将军峰、八卦田、蜗牛峰、睡美人峰、六顺峰，等等景点。



万峰湖:

万峰湖景区地处于黔西南自治州首府--兴义市的东南部，坐落于马岭河下游，是中华人民共和国兴义国家地质公园的成员景区、国家 4A 级风景名胜区，与国家级景区--万峰林、马岭河峡谷相邻，万峰湖因万峰环绕而得名，是云贵高原上的一颗平湖明珠，享有“万峰之湖，西南之最，南国风光，山水画卷”之美誉。



第 2 天

兴义美食推荐:

1.兴义鸡肉汤圆

兴义鸡肉汤圆是一种兴义小吃。始创于清朝末期，经四代传人，已有百余年历史，成为今天贵州兴义地区四大招牌名小吃之一。兴义鸡肉汤圆独树一帜，"众家皆甜，唯我咸鲜"。兴义鸡肉汤圆不同于其他汤圆的关键在于:以鸡肉为馅，灌鸡汤，点芝麻酱，具有小巧玲珑，色彩雪白、晶莹剔透的糯米清香与鸡肉、猪肉、鸡汤、芝麻酱的鲜香融合为特色风味的芳香，又有糯糯、细滑、清爽、油而不腻的特色。

2.万峰林蛋炒饭

兴义万峰林蛋炒饭是兴义闻名全国的美食，曾经上过《舌尖中国》的节目。这里的蛋炒饭用当地特产的辣酱和新鲜的鸡蛋炒制而成，香辣可口，回味无穷。关键在于提前蒸熟过筛的玉米面，在翻炒过程中与白米粒均匀混合，增加了松软度和甜度。万峰林景区内有一条"蛋炒饭一条街"，每到饭点就人满为患。在这里吃一碗蛋炒饭，边看着峰林美景，是一种难忘的体验。

3.布依八大碗

"八大碗"是热情的布依族人招待客人的最好菜肴，即:猪脚炖金豆米、红烧肉炖豆腐果、炖猪皮、酥肉粉条、排骨炖萝卜、素南瓜、素豆腐、花糯米饭。一桌"八大碗"，碗碗各有不同的搭配和炖法，代表着一年四季，身体平安，四面八方，万事如意。



兴义酒店推荐:

兴义富康国际大酒店

酒店坐落于兴义市核心地段，桔山新区瑞金路，周边毗邻兴义市政务中心，兴义市体育中心，桔山广场，富康国际会展中心，富康梦乐城大酒店，欢乐橙购物中心，集餐饮、住宿、娱乐、休闲为一体，功能齐全，风格别致。

联系方式: 0859-3666666



乡愁市集-遵义

乡愁集市：

马岭河峡谷享古桥、古战场、古驿道等人文景观，充满了古野的情趣和神秘幽深的色彩，以规模宏大的瀑布和岩页壁挂，形成主要景观特色，堪称一绝，被誉为“地球上最美丽的伤疤”。马岭河天星画廊，国家级马岭河地缝景区，人称“天下双绝”。拥有国家自然遗产、国家重点风景名胜区、国家地质公园三大桂冠，山峰壮阔雄伟，奇险幽深，有“兴义归来莫看峰，除去马岭不是河”之说。



第3天

遵义酒店推荐：

遵义深航国际酒店

遵义深航国际酒店是一家优秀酒店，为前来遵义的斌哥提供舒适、便捷的入住体验，交通便利，周边设施齐全，酒店立面设计独特电压，内部装饰高档豪华，营造出温馨舒适的氛围，大堂查宽敞明亮，给人宾至如归的感觉。

联系方式：23164611

遵义美食推荐：

遵义羊肉粉

遵义羊肉粉是贵州省遵义市的一道特色小吃，用鲜羊肉熬汤，浇米粉，放羊肉片、调料而食。已有 300 余年制作历史。贵州各地均产羊肉粉，唯有遵义羊肉粉驰名。遵义市的大街小巷，羊肉粉馆鳞次栉比，食客之多，首屈一指。曾获得第二届"中华名小吃"称号。

2.绥阳空心面

绥阳空心面条是贵州省遵义市传统的面食名吃。早在五百多年前元朝就远近闻名，并作为"贡品"，每年向皇室供奉，一直沿袭到清代。因此，又称为"贡面"。绥阳空心面条因面条是空心的，所以叫做空心面。

3.习水土城苕汤圆

水土城苕汤圆 是赤水河畔传统名小吃的一朵奇葩，具有典型的黔北地方风味特色，皮薄嫩滑，味道鲜美，食之难舍。在土城众多苕汤圆小店中，叶记苕汤圆用料考究，做工精细，专门选用本地优质红苕淀粉、红苕、鲜肉等为原料，经传统工艺精制加工而成。注重天然、讲究营养，具有百吃不厌的独特魅力



遵义-赤水佛光岩-赤水大瀑布- 住赤水

赤水佛光岩：

景区地处大娄山与北麓贵州高原向四川盆地急剧沉降地段，谷深坡陡、溪河纵横、切割深度在 500 米至 1300 米之间，山峰多在 1200 米以上，断岩嶂谷，高度悬殊。出露地层全是侏罗纪、白垩纪河湖相红色沉积岩。这种特殊的地貌在差异风化，重力崩塌、风雨侵溶等物理生化综合作用下，形成宝塔状、城堡状、针状、柱状、棒状、方山状、峰林状等无数奇异的丹霞地貌景观，丹岩绝壁、奇峰异石、崖廓岩穴比



赤水大瀑布：

赤水丹霞旅游区·大瀑布景区（又名十丈洞景区）位于贵州省赤水市南部，赤水河支流风溪河上游，离

第 4 天

赤水城区三十余公里，是国家 AAAAA 级景区，赤水国家级风景区名胜区的重点组成部分。



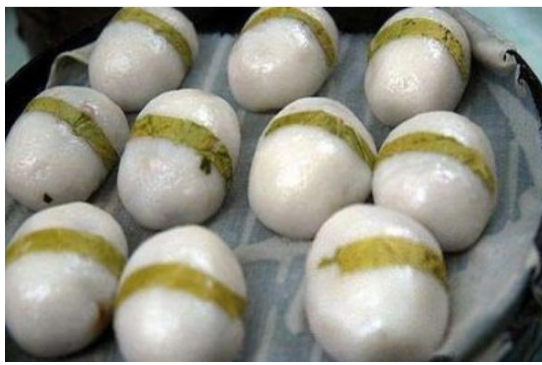
赤水美食推荐：

1.猪儿粑

赤水猪儿粑是用糯米面做皮儿,以猪肉、豆腐干、榨菜等剁碎作馅，经高温蒸熟即可食用。因其蒸熟后呈椭圆状，通体洁白晶莹，酷似一头头可爱的小猪而得名。吃上一口，先尝到的是糯米的绵软清香，继而感受到馅的混合美味，咀嚼起来绵软清脆，香气四溢。难怪有很多外地朋友到赤水旅游，走时都要带一大包，可谓既饱了眼福又饱了口福。

2.赤水筒筒笋

赤水筒筒笋(黑竹笋)大竹笋是由新鲜庆竹笋制成。原料选用背阳、湿地生长箐竹笋"阴山笋"，采摘加工收集熏烤凉晒储存，再经多道漂洗工序后切段入锅。[营养价值]筒筒笋含有一定量的植物蛋白，特别是纤维素含量很高。还含有维生素和氨基酸。中医认为竹笋有"利九窍、通血脉、化痰涎、消食胀"的功效。《名医别录》言其"主消渴，利水道，益气可久食"。又因其高蛋白低脂肪、多纤维、少淀粉的特点，有利于消脂减肥。



赤水酒店推荐:

赤水匠庐雅路古酒店

这里是一个被万亩竹林环绕的山崖岩洞酒店，酒店取名雅路古-YaLogu，是贵州土家族语言“我想你”音译而来，非常具有浪漫气息，在此之前这里前生是一个 11 户人家的小村子，村民世代居住在洞里已有两百多年历史。

联系方式：18143523966



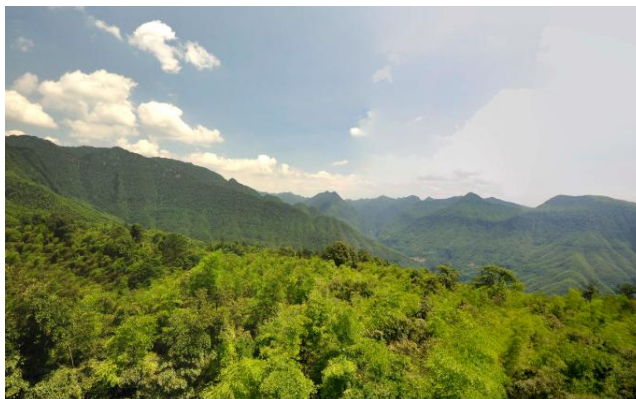
第 5 天

赤水-竹海-遵义会议会址-住遵义

赤水竹海:

赤水竹海国家森林公园，位于贵州省赤水市城东四十余公里，赤桐公路旁侧。该公园以浩瀚的“竹海”风光为主。园内设有游览区、服务区、休养区、科教区、生产经营区，集多功能于一体

第五天



遵义会议会址：

1964年，毛泽东题写“遵义会议会址”六个大字。1984年，邓小平题写“红军总政治部旧址”牌匾。2015年6月16日，总书记参观遵义会议会址及遵义会议陈列馆，作出了“要运用好遵义会议历史经验，让遵义会议精神永放光芒”的重要指示。遵义会议纪念馆总占地面积4万余平方米，总建筑面积2万余平方米，陈列布展面积9000多平方米，下辖遵义会议会址，遵义会议期间红军总政治部旧址，遵义会议期间毛泽东、张闻天、王稼祥住址、遵义会议陈列馆等纪念场所。被中央宣传部等部门授予为全国爱国主义教育示范基地、全国首批“国家一级博物馆”等荣誉称号，是传承红色基因、弘扬长征精神和遵义会议精神的主要场所和重要阵地。



遵义酒店推荐：

遵义深航国际酒店

遵义深航国际酒店是一家优秀酒店，为前来遵义的斌哥提供舒适、便捷的入住体验，交通便利，周边设施齐全，酒店立面设计独特电压，内部装饰高档豪华，营造出温馨舒适的氛围，大堂查宽敞明亮，给人宾至如归的感觉。

联系方式：23164611

遵义美食推荐：

遵义羊肉粉

遵义羊肉粉是贵州省遵义市的一道特色小吃，用鲜羊肉熬汤，浇米粉，放羊肉片、调料而食。已有300余年制作历史。贵州各地均产羊肉粉，唯有遵义羊肉粉驰名。遵义市的大街小巷，羊肉粉馆鳞次栉比，食客之多，首屈一指。曾获得第二届“中华名小吃”称号。

2. 绥阳空心面

绥阳空心面条是贵州省遵义市传统的面食名吃。早在五百多年前元朝就远近闻名，并作为“贡品”，每年向皇室供奉，一直沿袭到清代。因此，又称为“贡面”。绥阳空心面条因面条是空心的，所以叫做空心面。

3. 习水土城苕汤圆

水土城苕汤圆是赤水河畔传统名小吃的一朵奇葩，具有典型的黔北地方风味特色，皮薄嫩滑，味道鲜美，食之难舍。在土城众多苕汤圆小店中，叶记苕汤圆用料考究，做工精细，专门选用本地优质红苕淀粉、红苕、鲜肉等为原料，经传统工艺精制加工而成。注重天然、讲究营养，具有百吃不厌的独特魅力。



遵义-乌江寨-结束行程

遵义乌江寨：

贵州乌江寨国际旅游度假区位于贵州省遵义市播州区，从 2016 年乌江寨被列入第四批中国传统村落保护名录，到 2022 年成为乌江寨国际旅游度假区，这颗黔北遗珠一跃成为“西南旅游度假新地标”。与星幕共眠，与雨雾同醒。乌江寨国际旅游度假区集观光、休闲、度假、康养、会展为一体，环抱 5.08 平方公里画卷般的山水美景，以“共生思想”为核心理念，规划 12 个街区业态，将历史文化、自然、环境、人文有机交融，观光与度假休养完美结合，打造了高颜值、高标准、高品位的旅游综合体，让你从繁杂生活中抽身，重建身心的秩序，翻开一段自在的假日篇章，开启自由遐想。游览结束后结束行程。

第六天

