

青浦疗休养~贵州

纪念建党

100周年 (1921-2021)



2021

前言

在中华文化悠久的历史长河中，贵州总是不时溅起片片晶莹的浪花。贵州地貌属于中国西南部高原山地，素有“八山一水一分田”之说。贵州的山，不仅多，而且奇。那里层峦叠嶂的山间，遍布着喀斯特溶洞，可谓“无山不洞，无洞不奇”。山、水、林、洞交相辉映、浑然一体，使整个贵州组成了一个迷人的“天然公园”。

贵州境内地势西高东低，自中部向北、东、南三面倾斜，全省地貌可概括分为：高原、山地、丘陵和盆地四种基本类型，高原山地居多，素有“八山一水一分田”之说，是全国唯一没有平原支撑的省份。属亚热带湿润季风气候，四季分明、春暖风和、雨量充沛、雨热同期。气温变化小，冬暖夏凉，气候宜人。

贵州是古人类发祥地之一，远古人类化石和远古文化遗存发现颇多。早在 24 万年前，就有人类栖息繁衍，已发现石器时代文化遗址 80 余处。观音洞旧石器遗址被正式命名为“观音洞文化”，对研究中国旧石器时代的起源和发展具有重要的科学价值。

在这片神奇的土地上还居住着 49 个民族，其中 18 个民族世居在此，生生不息，形成了历史积淀深厚的古城和少数民族风情浓厚的村寨。在领略山水之美的同时，不知不觉又会踏着红军的印迹，寻着长征的文化，砥砺前行。

目 录



- 1、贵州百科小知识
- 2、长征精神—红色革命历史文化体验重走长征路
- 3、高原明珠上自然界的教科书喀斯特地貌黄果树大瀑布
- 4、贵州贵阳行程



贵州省百科小知识:

一、古城文化、少数民族村寨

2000 年的镇远古城

知道镇远，是在金庸的武侠小说里，镇远镖局威名远扬。镇远街头的旅游介绍上则写道：“镇远古城自楚汉开疆以来，至今已两千多年的历史，

全世界规模最大的苗族村寨西江千户苗寨

苗族是贵州人口最多，分布最广泛、支系最繁杂的少数民族。中国 700 万苗族人有一半世居于贵州，其中黔东南最为密集，而位于雷山县，由十余个依山而建的自然村寨相连成片形成的西江千户苗寨，则是中国最大的苗族聚居村寨。

央视春晚分会场肇兴千户侗寨

央视春晚的分会场-肇兴千户侗寨位于黔东南的黎平县，是全国最大的侗族村寨之一，素有“侗乡第一寨”之美誉，2005 年曾被《中国国家地理》杂志评选为“中国最美的六大乡村古镇”之一。这里的原住民全姓陆，分为五大房族，分居五个自然片区，当地称之为“团”，分别叫仁团、义团、礼团、智团、信团。可见孔夫子的影响力之强，连天高皇帝远的侗族也受到儒家文化的浸染。

二、红色印迹、长征文化

一次伟大的会议，换来今天十四亿人的砥砺前行-**遵义会议**

雄关漫道真如铁而今迈步从头越-长征以来红军第一次获得的巨大胜利地-**娄山关**，已经成为黔北著名的革命纪念地。

苟坝会议弘扬了以理服人而非以权压人的美德，集中体现了批评和自我批评的优良作风。简言之，它是革命先辈留给我们宝贵的精神财富。韶华易逝，白驹过隙。时至今日，苟坝会议的精神遗产仍在惠及后人，并将随着时间的万事万物都在变化发展，都在进行自我革新。

三、贵州酒文化

贵州是个多民族的省份、少数民族敬客酒的习俗依民族和地区不同形式和内容也不相同。

敬客酒、姑娘酒、栽花竹酒、转转酒、打酒印、拦路酒、咂酒、送客酒。。。。。

四、世界地质奇观-喀斯特地质文化

十二背后：北纬 30 度是一条神秘而奇特的纬线它贯穿了四大文明古国，北纬 30 度是一条神秘而奇特的纬线，

它贯穿了四大文明古国。地球北纬 30 度，森林覆盖率达 80%以上负氧离子含量最高可达 40 万个/cc，这里就像

一个天然的大氧吧这里有横跨七亿年时光的中国最长溶洞，经过中法洞穴专家 30 年联合科考，600 平方公里的旅游区内天坑，地缝，峡谷，湖泊，森林，溶洞各种自然奇观在这里展现得淋漓尽致。这里除了给不了你沙漠和海洋贵州的特色一览无余。



中国旅行社总社(上海)有限公司

CTS China Travel Service Head Office (Shanghai) Co., Ltd.

缅怀先烈
报效祖国

息烽集中营、遵义会议会址

息烽集中营、遵义会址，革命历史纪念馆将为中小學生提供爱国主义、红色文化研学旅行项目，学生通过参观历史照片、实物陈列，聆听历史讲解等方式，学习革命先烈在酷刑下仍然坚守理想信念、对党忠诚的高贵品质，促进他们继承和发扬革命传统，增强爱国情怀、社会责任和使命担当。

红色记忆

——遵义会议



娄山关

人称黔北第一险要，素有“一夫当关，万夫莫开”之说，娄山关地势险要，山路崎岖，自古为兵家必争之地。1935年1月初，中央红军北渡乌江攻占遵义后，以大娄山脉为屏障，阻击北犯之敌，保卫遵义会议的胜利召开。娄山关为红军与国民党军激战之地，也是长征以来红军取得重大胜利的地方。战役胜利后，毛泽东同志写下《忆秦娥·娄山关》词一首，描写出红军指战员英勇鏖战的壮烈情景。



黄果树瀑布




古称白水河瀑布，亦名“黄葛墅”瀑布或“黄桷树”瀑布，因本地广泛分布着“黄葛榕”而得名。是世界著名大瀑布之一，位列世界第三，中国第一大巨型瀑布，以水势浩大著称。也是唯一能从多角度观看的壮美瀑布。瀑布高度为77.8米，其中主瀑高67米；瀑布宽101米，其中主瀑顶宽83.3米。属喀斯特地貌中的侵蚀裂典型瀑布，是世界喀斯特地区罕见的巨型瀑布。



独特而壮丽的喀斯特地貌的代表作

黄果树瀑布

贵州贵阳双飞六天疗休养

日期	行 程	用餐	住宿
D1	青浦统一集合前往上海浦东机场乘飞机往贵阳，贵阳机场接团，（车程约 0.5H）往市区，晚餐后入住酒店。（参考航班：CZ3652/14:05-16:50） 细节详情： 10:00-11:30 青浦统一集合前往机场 11:30-14:05 办理登机牌，飞赴贵州 16:50 贵阳机场接机 16:50-18:00 享用晚餐 18:30 市区酒店入住。	晚	贵阳
			
D2	早上睡到自然醒，自由活动 07:00-08:00 享用早餐 08:00-11:30 乘车前往【荔波小七孔景区】 11:30-12:30 享用午餐 12:30-15:30 参观【小七孔景区】 15:30-19:00 乘车返回贵阳 19:00-20:00 享用晚餐、餐后返回贵阳酒店休息 简介描述： 【荔波小七孔】 国家级风景名胜区 AAAAA 级，在宽仅 1 公里、长 12 公里的狭长幽谷里，集洞、林、湖、瀑、石、水多种景观于一体，玲珑秀丽，具有多处景点可供游人观赏。荔波森林覆盖率达 95%，负氧离子含量为每平米 6 万个，是世界上保存最为完好的喀斯特原始森林生态系统，被喻为“地球腰带上的绿宝石”。景区游览项目有鸳鸯湖、水上森林-68 级响水瀑布-拉雅瀑布；卧龙潭，小七孔桥等。荔波小七孔睿景酒店位于景区东门，步行即可到达小七孔古桥。景区融山、水、林、洞、湖泊和瀑布为一体，古朴秀美的原始奇景，令人惊叹，流连忘返。	早 中 晚	贵阳
			
D3	早上睡到自然醒，自由活动 07:00-07:30 早餐 07:30-10:00 乘车前往【西江千户苗寨】 10:00-12:00 参观【西江千户苗寨】 12:00-13:00 午餐 13:00-15:00 继续参观观景台西江最高点欣赏苗寨全景。 15:00-17:30 乘车返回贵阳 17:30-18:30 晚餐	早 中 晚	贵阳
			

	<p>18:30 返回贵阳酒店休息。</p> <p>简介描述：</p> <p>【西江千户苗寨】西江是一个保存苗族“原始生态”文化完整的地方，是领略和认识中国苗族漫长历史与发展的首选之地。千百年来，勤劳勇敢的苗族同胞在这里日出而作，日落而归，在苗寨上游地区开辟出了大片的梯田，形成了浓郁的农耕文化与优美的田园风光。由于受耕地资源的限制，生活在这里的苗族居民充分利用这里的地形特点，在半山建造独具特色吊脚楼，上千户吊脚楼随着地形的起伏变化，层峦叠嶂，鳞次栉比，蔚为壮观。这里的苗族居民根据自己的信仰和习俗，在每个村寨的坡头都种植了成片的枫树林作为护寨树，成为当地重要的自然景观之一。</p>			
D4	<p>早上睡到自然醒，自由活动</p> <p>08:00—08:30 酒店早餐</p> <p>09:00—11:00 参观前往参观【黄果树瀑布】</p> <p>12:30—13:00 午餐</p> <p>13:30 -17:00 返回酒店，调整休息</p> <p>17:30 -18:30 晚餐，随后返回酒店休息。</p> <p>简介描述：</p> <p>【黄果树景区+陡坡塘景区+天星桥景区】前往位于黄果树瀑布下游的【天星桥景区】此处号称“有水皆成瀑，有石总盘根”其集山.水.林.石.洞.瀑.藤为一体，还可见水上石林.银链坠潭瀑布、天生桥等自然奇观；参观【黄果树瀑布风景区】，您可以感受到亚洲第一大瀑布的雄伟壮丽，更可以置身水帘洞中观赏.触摸瀑布，令您此生难忘。参观被誉为中国最宽的瀑布之称的【陡坡塘瀑布】</p>		早 中 晚	贵阳
D5	<p>全天自由活动</p> <p>早上睡到自然醒，自由活动</p> <p>08:00—08:30 酒店早餐</p> <p>09:00—09:50 乘车前往【十里画廊】</p> <p>10:00—12:00 参观前往【十里画廊】</p> <p>12:30—13:30 适时安排中餐</p> <p>14:00—17:00 乘车返回，入住酒店，调整休息</p> <p>17:30—18:30 适时安排晚餐，随后返回酒店休息。</p> <p>简介描述：</p> <p>十里美画廊，片片黄金甲的【十里画廊】，宁静恬然的田园风光，底蕴深厚的水东土司文化，风情浓郁的布依族、苗族村寨，是十里画廊乡村旅游区的魅力所在。景区内的马头寨是贵州独有的水东土司文化发祥地，有明万历年间所建万寿桥，还有上千只白鹤栖息的白鹤林以及传统的“六月六”民族风情节等自然景观和人文景观。十里画廊的代表就是被誉为</p>		早 中 晚	贵阳

	“玉水金盆”的底窝坝花开时节，金盆内是大片大片方格状的油菜花，登高而望，风景壮观，被称为中国油菜花第一湾。		
D6	早上睡到自然醒，中餐后参观贵阳市市徽【甲秀楼】，明清以来甲秀楼便是文人骚客聚集之处，后往贵阳机场，送机返上海浦东机场、返回温馨的家。 (参考航班: CZ6351/16:15-18:50)	早 中	送团

每个月份都适合，推荐理由：冬无严寒，夏无酷暑

备注：因为疫情原因今年市场刚刚复苏，但航空公司今年机票猛涨，如遇机票价格特别昂贵建议走五天的行程。

贵州，在文化里繁衍不息。

贵州，在历史里浩气长存。

贵州，在科技里时代引领。

当你走近瀑布前，当你走在红色道路上，当你徜徉在星空中，贵州，就在您的身边，触手可及。贵州的故事，就在这里。等待您去发掘，去欣赏，去追忆。

不忘初心，砥砺前行——我在贵州等着您