



阿坝旅游
ABATOURL.COM

汶川

(官方旅游攻略)

阳光谷地 康养汶川

羌寨人家如从远古走来的历史，铸精神为钉，牢牢地钉在大山的胸部，既有厚重又有飘逸的感觉，演绎的历史只在弹指间，当山歌伴红日升起，当莎朗踏动落日，羌寨人家的新生活也如袅袅炊烟，飘满了岷江河谷的群山……

阿坝州全域旅游导览图



汶川 大爱福地，康养之城

北纬 31 度，东经 103.4 度，这座并不出名的川西小县城—汶川，因为一场“5·12 汶川大地震”，而被世人所深深记住。

汶川位于四川盆地西北部边缘，素有“阿坝州南大门”之称。走进汶川，你可以去感受世界上最古老的羌文化，欣赏绚丽的羌族刺绣，观看历经千载而不倒的羌寨和碉房。它是全国仅有的四个羌族聚居县之一，也是羌绣之乡，大熊猫的故乡。

尽管遭受过地震的创伤，但灾难无法磨灭汶川的美。如今，汶川正以崭新的面貌面向世人。让我们走进汶川，走进藏羌的会客厅，走进温情连接的山水福地。

熊猫家园

这里是大熊猫的故乡，有中国保护大熊猫研究中心，这里是大熊猫们赖以生存的家园，熊猫数量众多。

“5·12 汶川大地震”遗址

汶川县映秀镇路口矗立着一块写着“5·12 震中映秀”几个大字的巨大石头，格外醒目。这块巨石是地震时山体崩裂滚下来的，如今成为震中映秀的标志性路牌。映秀地震遗址为“特殊 5A 级景区”。

羌绣之乡

羌绣是羌族民间工艺艺术的一朵奇葩，是留存至今的鲜活生动、与羌人生活密切、能与现实世界对话的羌文化遗产，其构图、配色、针法具有显著的民族特色。



汶川县全域旅游导览图



萝卜寨

【景区门票】 60元 / 人

萝卜寨为冰水堆积的阶坡台地，地势平缓、宽阔，是岷江大峡谷高半山最大的平地，也是鸟瞰岷江大峡谷风光最理想的场所。萝卜寨是迄今为止发现的世界上最大、最古老的黄泥羌寨，被称为“云朵上的街市”“古羌王的遗都”“中国羌族最大最古老的黄泥羌寨”。



三江生态风景区

【景区门票】50 元 / 人

蓝色的漂流河谷、五彩的海子流泉、遮天蔽日的原始森林、珍稀的奇花异兽、梦幻的流云霞光、浪漫的红叶白雪、斑斓的野花草原…… 构成了三江风景区生机盎然的原生态画卷。这里的红叶、漂流、穿越、森林小火车、溜索在川内都小有名气。著名景点有万亩珙桐、大熊猫栖息地等国家 4A 级景区，是最古老的羌文化发源地。



映秀地震遗址

【景区门票】无

映秀地震遗址主要由天崩石、百花大桥、漩口中学等构成。汶川县映秀镇路口，矗立着一块写着“5·12 震中映秀”几个大字的巨大石头，几个大字格外醒目。这块巨石是地震时山体崩裂滚下来的，如今成为震中映秀的标志性路牌。映秀地震遗址为“特殊 5A 级景区”。



水磨古镇

【景区门票】无

“5·12 汶川大地震”后，水磨古镇重建的禅寿老街、寿西湖、羌城三大区，古今历史文化交汇、川广发展理念结合、藏羌人文风情荟萃，俨然一幅“高山峡谷、湖光山色、古街林立、风情四溢”的“水墨画”，被誉为“汶川大地震灾后重建第一镇”。



卧龙大熊猫自然保护区

【景区门票】 进山费 15 元 / 人，大熊猫博物馆 20 元 / 人，大熊猫苑 60 元 / 人，熊猫沟普通科考 98 元 / 人，野生大熊猫寻踪 360 元 / 人，正河沟徒步探险 120 元 / 人。

卧龙大熊猫自然保护区位于汶川县西南部，面积 2000 平方千米的自然保护区内，这里森林茂盛、空气清新，拥有美好的自然风光。除大熊猫外，这里还有很多珍稀的国家保护动植物。



西羌第一村

【景区门票】无

这是一个古朴习俗保存较好，景美情浓的河坝羌寨。整个羌寨顺坡而建，别致有序，形如古城堡，地面由曲折巷道相连，房背家家可通，羌碉傲立寨中。西羌第一村以其古老的民俗风情、精湛的建筑艺术、独特的羌族刺绣而被国家文化部命名为“中国民族民间艺术之乡——羌绣之乡”。



雁门沟西羌大峡谷

【景区门票】无

雁门沟西羌大峡谷是中国西部第一大峡谷。峡谷全长 30 余千米，大自然的鬼斧神工形成了山谷里罕见而奇特的自然景观。景区内雪山、奇峰、怪石、幽谷、森林、秀水融为一体，峡谷笔直处高达 400 米，巍峨雄壮，挺拔峻美。



仁吉喜目谷景区

【景区门票】旺季 50 元 / 人，淡季 30 元 / 人

一山红艳醉陂陀，自地连翘活青萝。伴着春天浪漫的脚步，水墨桃源迎来一位身着翡翠衣衫多彩长裙的姑娘——仁吉喜目。

景区种植有花菱草、豌豆花、金鱼草、矢车菊、丰花月季（迷你玫瑰）、白头翁、毛地黄、大菊、虞美人、白晶菊、比格海棠、千叶蓍、蓝盆花、旱金莲、一串红、蝴蝶花、凤尾、美人蕉等花卉，占地共约 30 万平方米。



三江鹩子山养生堂生态庄园

【景区门票】无

三江鹩子山养生堂生态庄园将多元的主题化生活融入自然山水之中，是集医疗、文化、膳食、运动、休闲为一体的生态康养基地。这里有山的清秀、水的灵韵、林的葱郁，田园木屋掩隐在群山翠林的怀抱。在这里春可踏春赏花、夏可森林戏水、秋可休闲赏红、冬可玩雪沐阳。



赵公福地

【景区门票】 无

汶川赵公福地生态旅游景区位于四川省阿坝藏族羌族自治州汶川县漩口镇境内，紫坪圣湖西岸，地处四川盆地边缘，自汉朝时期就被誉为茶马古道“第一驿站”。这里有保存完好的自然生态、有羌民俗文化、茶马古道历史

文化，是由汶川县财圣居农业有限公司倾力打造的集观光、体验、避暑度假于一体的短程旅游风景区。赵公山海拔 2538 米，山势巍峨险峻，峰谷蜿蜒，山间泉水汨汨，溪流淙淙，林木繁盛。登顶远眺，四面空旷，令人豁然开朗、心旷神怡。万物有灵皆为神，居住在此的藏羌儿女们，将赵公山视为圣洁之山，是连天接地的神山。

赵公福地景区由入口区、配套设施区、主景区三部分构成。入口区由锅庄广场、停车场、游客服务中心和景区通道组成。停车场内有巨型石碑一块，此碑为道符演变而成，碑上载有“道法自然”，寓“自然和谐”之意。整个景区的核心，位于景区中轴线上，从下而上可分为三个部分，分别为太极渔池区、财神文化体验区、生态茶园体验区。三个区域由游步道串联，沿途风景宜人，文化气息浓郁。



汶川 酒店

新汶川大酒店

联系电话：0837-6243999

入住体验：位于威州镇东街体育馆旁，房间大，设施较新，床品干净。

新国旅大酒店

联系电话：0837-6224818

入住体验：位于汶川县较场街下段，客房配有液晶电视、程控电话等设施。

凯逸酒店

联系电话：0837-6229171

入住体验：位于威州镇岷江路，较干净，位置好，有地下停车场，周围吃的也很多。

红军桥酒店

联系电话：0837-6228580

入住体验：位于威州镇桑坪路 34 号，景色宜人，交通便利，周围配套设施齐全。

梅朵天堂酒店

联系电话：0837-6332666

入住体验：位于水磨镇，酒店毗邻水墨桃源大剧院，每晚为客人表演大型羌族情景诗画乐舞《云朵·萨朗姐》。

水磨福利酒店

联系电话：0837-6252377 0837-6252388

入住体验：位于水磨镇，位置很好，能免费停车，酒店设施很好。

酒店预定请致电：400-088-6969（转 2 或 3）

网址访问：www.abatour.com

汶川 美食与特产

卡子核桃

食

卡子核桃果壳薄、果仁多且厚、含油量高、味道醇，有“露仁核桃”之称，具有健脾开胃、润沛强肾、滋补康复、预防冠心病、降低血脂之功效。



三江土腊肉

食

作为地震后兴起的一个产业，三江土腊肉带动了当地老百姓的产业发展。每逢冬腊月，即“小雪”至“立春”前，家家户户杀猪宰羊，除留够过年的鲜肉外，其余用盐等材料腌入缸中，进行加工制作。

人参果饭

食



人参果饭被藏族同胞视为一种吉祥的食物，逢年过节首先就要进食这种食物。

把人参果煮熟，然后把米饭舀进碗里，饭上面舀上煮熟的人参果，撒上白糖，最后淋上一点滚烫的酥油汁，人参果饭就做成了。

猪膘

食

把猪背上宽约30厘米的膘划下，不撒盐，吊在屋梁上熏干或挂于墙壁风干，称之为“猪膘”。逢年过节或待客时，割下一块猪膘，用火烧刮干净，切成块食用。

汶川甜樱桃

食

汶川的樱桃比别处的都甜，据说可与世界优质樱桃产区——美国西部地区和加拿大大西南地区的樱桃相媲美，因为“5·12汶川大地震”，汶川人又把樱桃称为“感恩果”。



旅游特产

购

手工制品：羌绣、唐卡。

畜禽类：优质山羊肉、阿坝蜂蜜、牦牛肉、藏系绵羊肉、汶川铜羊。

水果：雪梨、甜樱桃、苹果、李子、柿子。

药材：天麻、松贝、黄龙香菇、猴头菌、鹅蛋菌、冬虫夏草、羌活。

汶川 节庆活动

观花节



观花节在藏语中叫“若木纽”，是“观山”的意思，每年的农历六月十八日举行，一般是以各村寨为主，人们一起下帐房游耍，每次的活动少则三四天，多则十来天。观花节期间，人们向前来参加游玩的客人敬献哈达，大家围着篝火载歌载舞通宵达旦。

燃灯节

燃灯节是为了纪念佛教改革家、格鲁派创始人宗喀巴大师的逝世而举行的活动，于每年农历八月十五日举行。这天，凡属该教派的各大小寺庙、各村寨牧民，都要在寺院内外的神坛上、家中的经堂里点酥油灯，昼夜不灭。

汶川樱桃采摘节

每年5月下旬至6月在汶川绵虬镇和平村举行，届时，满树的红彤彤的甜樱桃饱含迷人的芬芳等待游客的到来。游客可以观赏百亩樱桃胜景，采摘樱桃鲜果，品尝田园美食，停歇农家小院，体味假日休闲的乐趣。



川主会

川主会于每年农历六月二十四日以寨为单位举行，祭奉川主。当天全寨休息，穿新戴花，唱歌跳舞，大办酒席。

汶川 自驾游行程推荐

一日游线路

成都—水磨—三江—成都

沿途自然风光优美，途经“地震壁画”（因山体滑坡而形成的千奇百怪的神奇图案）、老虎嘴，沿“震中”大峡谷，望 213 国道等各种地震遗迹，体会大自然对人类造成的巨大灾难。到水磨古镇、三江沿途山峦起伏、植被良好、景色养眼。

成都—映秀—水磨—三江—成都

在行程中可以观赏紫坪铺库区、大禹祭坛、大禹雕像、红军桥、灾后重建风貌等人文景观。



二日游线路

成都—映秀—绵虬—汶川县城—萝卜寨—龙溪羌人谷—成都

沿途观赏羌族碉楼、羌寨，还可以进入羌寨人家，体验羌寨民俗文化。

汶川 实用信

医院		
汶川县人民医院	0837-6222428	
映秀卫生院	0837-6259520	
绵虬卫生院	0837-6254236	
三江乡卫生院	0837-6338120	
加油站		
三官庙加油站	0837-6254406	
水磨加油站	0837-6331567	
映秀加油站	0837-6443354	
汽车维修		
茂山汽修站	0837-6225664	
交通		
汶川客运站	0837-6210336	6210089