



阿坝旅游
ABATOURL.COM

理县

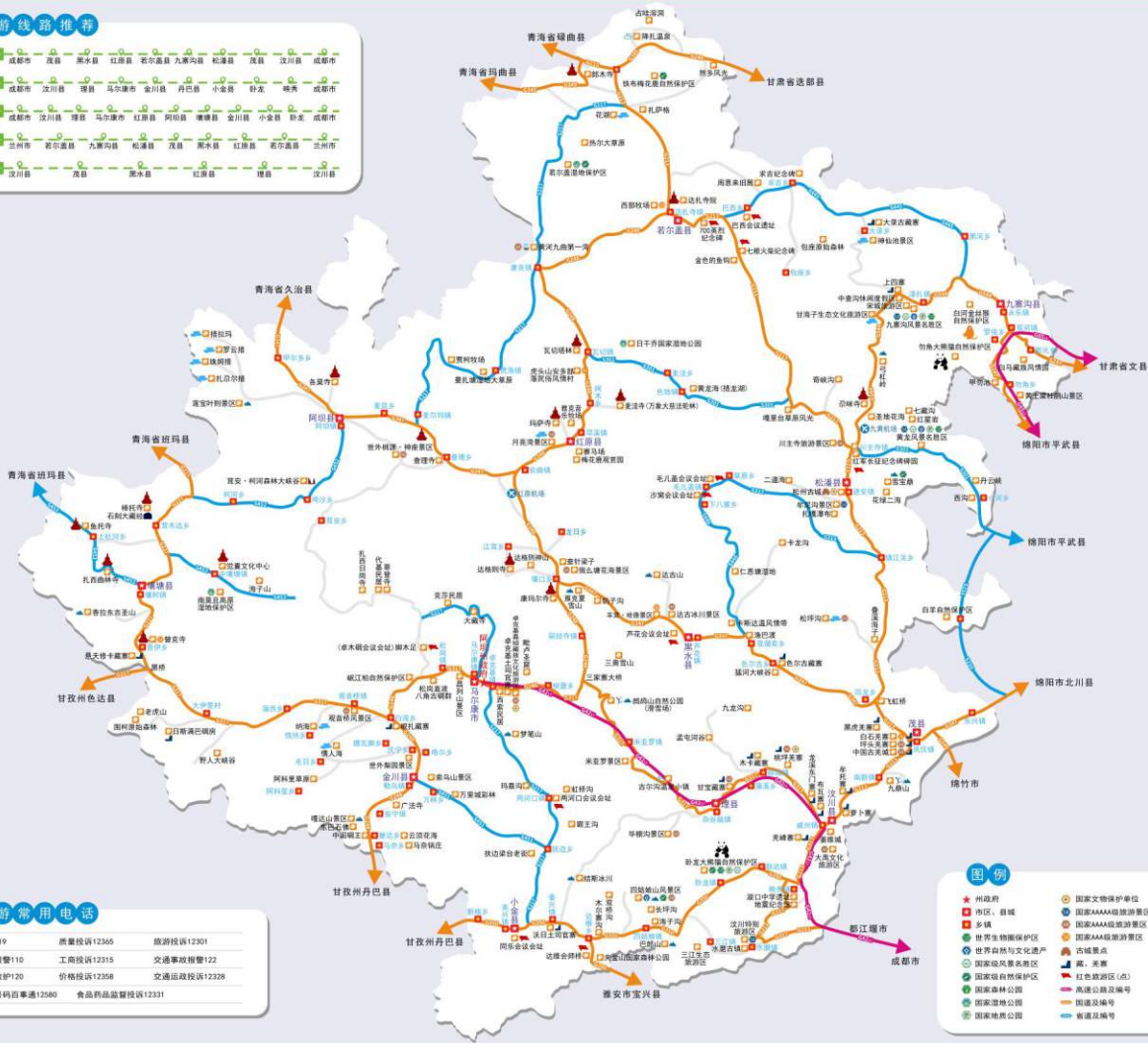
(旅游攻略)

多彩理县情 · 欢乐吉祥谷

春，一路从桃坪、杂谷脑、朴头、毕棚沟到米亚罗，长达几十公里的百花盛开；夏，驰骋于原始森林、巍峨雪峰、飞悬流瀑的峡谷清风，森林微寒的美景之中；秋，红的枫、黄的桦、紫的槭、绿的松，层层叠叠，交相呼应，斑斓珍奇，流光溢彩；冬，赏雪，滑雪，玩雪，在这雪的世界里尽情挥洒，纵情飞歌。

阿坝州全域旅游导览图

黄色片区	成都市	茂县	黑水县	红原县	若尔盖县	九寨沟县	松潘县	茂县	汶川	成都市	
绿色片区	成都市	汶川	理县	马尔康市	金川县	丹巴县	小金县	卧龙	映秀	成都市	
蓝色片区	成都市	汶川	理县	马尔康市	红原县	阿坝县	壤塘县	金川县	小金县	卧龙	成都市
白色片区	兰州市	若尔盖县	九寨沟县	松潘县	茂县	黑水县	红原县	若尔盖县	兰州市		
内部片区	汶川	茂县	黑水县	红原县	理县	汶川					



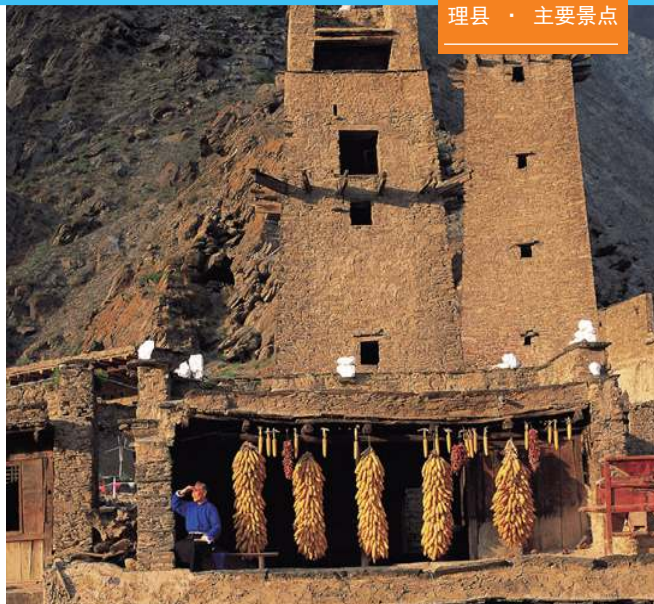
火警119

火警119	质量投诉12365	旅游投诉12301
公安报警110	工商投诉12315	交通事故报警122
医疗救护120	价格投诉12358	交通运政投诉12328
移动号码百事通12580	食品药品监督投诉12331	

★ 州政府

- | | |
|-------------|----------------|
| ★ 州政府 | 🏛️ 国家文物保护单位 |
| 🏙️ 市区、县城 | 🌊 国家AAAAA级旅游景区 |
| 🏘️ 乡镇 | 🌊 国家AAA级旅游景区 |
| 🌿 世界生物圈保护区 | 🏰 古城景点 |
| 🌍 世界自然与文化遗址 | 🏠 无寨 |
| 🌿 国家级风景名胜 | 🚦 红色政治区(点) |
| 🌿 国家级自然保护区 | 🛣️ 高速公路及编号 |
| 🌲 国家森林公园 | 🛤️ 国道及编号 |
| 🌿 国家湿地公园 | 🛤️ 省道及编号 |
| 🌲 国家地质公园 | |

理县全域旅游导览图



桃坪羌寨

位于理县东40公里处，是保存完整、尚有人居住的碉楼、民居一体式建筑群，有“天然空调”之称，是国家级重点文物保护单位。这里是羌族建筑群的典型代表，其完善的地下水网、四通八达的通道和碉楼合一的迷宫式建筑艺术，被中外学者誉为“羌族建筑艺术活化石”。



甘堡藏寨

甘堡藏寨背负绵绵青山，面临千古沱水，藏寨规模巨大、气势恢宏，历史文化悠久。甘堡藏寨依崖而建、错落有致，是理县藏寨羌乡中的代表之一。



毕棚沟

位于理县朴头乡境内，四姑娘山北麓，距成都198公里，距县城20公里，景区纵深约45公里，宽约4公里，海拔高度2000—5000米。沟内景点众多，从卓玛滩到白龙瀑布到磐羊湖、燕子岩……这里能看见雪山圣洁，山林寂静，海子纯净，高原花海相继盛放……一切的一切，都充满着自然之美。



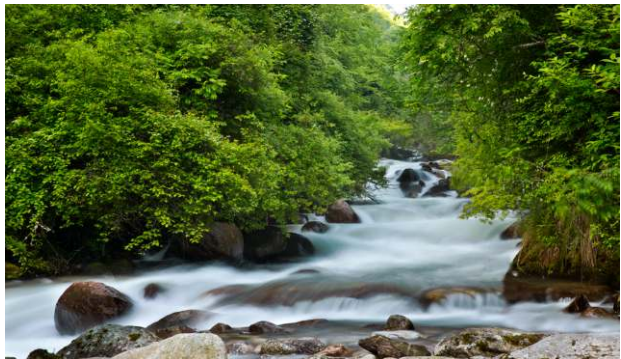
薛城古镇

距县城约23公里，是一个具有浓郁大唐色彩的古镇，具有丰富的历史文化和红色旅游资源。薛城镇自古以来是边陲重镇，从隋开皇四年就建了薛城戍，自唐、宋、元、明、清至民国，都是县一级的政治、文化、经济中心，筹边楼、宁江门等名胜古迹保存完整，不少建筑至今仍保留着汉唐风韵，目前的老街仍延续着几百年前的布局。境内地形奇异，山峦起伏，花木繁荣，景色宜人。



孟屯河谷

孟屯河谷位于理县上孟乡、下孟乡境内，有着川西地区特有的旖旎风光，集雪山草甸、冰川湖水，原始森林和珍稀野生动植物，原始而神秘。



鹧鸪山自然公园

鹧鸪山位于阿坝州理县与马尔康交界处，是国道317线上的第一座雪山。这里冰雪期长，林密雪厚，雪质好，且又拥有丰富的植被与充足的阳光。



古尔沟温泉

古尔沟神峰山下，有着极具吸引力的古尔沟温泉，早在一千年前就有着“仙山瑶池、灵水神泉”的美誉。



理县 酒店

(信息以酒店实际为准!)

理县古尔沟恭德岭庄园民宿

地址：理县古尔沟镇古尔沟村温泉路134号

电话：0837-8855777

毕棚沟娜姆湖度假酒店

地址：理县毕棚沟景区内

电话：0837-6828618

理县古尔沟华美达温泉度假酒店

地址：理县温泉路33号

电话：0837-6826666

毕棚沟观山望月酒店

地址：理县胆杂木沟村2组1号附1号

电话：0837-6959998

理县君悦酒店

地址：理县营盘街

电话：13551487805

理县毕棚沟吉祥谷大酒店

地址：理县毕棚沟红叶大道

电话：0837-6958888

理县 美食与特产

藏式土火锅

食

将各种荤菜、素菜切好码匀在铜锅内，加入熬制后的牦牛骨高汤一起炖煮，味道鲜香浓郁。



蕨菜炖腊猪蹄

食

理县薛城著名的美食，汤浓而不腻，清香爽口。

手抓肉

食

煮熟后蘸着花椒辣椒面吃，特有嚼劲。

酥油饼

食

将白面粉和白糖揉成薄饼，用花生油煎制，待饼成型后再用刀切开，抹上酥油后加热即食。

洋芋糍粑

食

将土豆蒸熟后去其皮，放在桶中用木杵捣碎，然后反复舂成胶状，可蘸着蜂蜜吃，也可蘸着辣椒吃或可和着酸菜煮汤。



凉拌野生菌

食

选用当地盛产的野生菌，切成小型的丁、丝、片、条等形状，过水或过油后捞出，控干后加入调料凉拌，鲜香麻辣，爽脆可口！

和尚包子

食

多用牦牛肉做馅，一口吃下去，又鲜又香！

酸奶人参果

食

以牦牛奶天然发酵制成，再配上当地人人参果，口感纯粹，回味无穷~

理县 节庆活动

若木纽节



“若木纽”是“打平伙庆丰收”的意思，也叫“觉日若木纽”。村民烧烟敬山神，还要举行赛马、跳锅庄、赏花等活动。节日期间，村民身着民族盛装，佩戴头饰和腰刀以示庆祝，如有路人经过要献哈达敬酒相迎，客人则回敬礼物。

花儿纳吉赛歌节

“花儿纳吉”意为“共同的欢乐”。每年秋天农闲之时，四面八方的羌族人民汇聚在一起，以歌会友，共同庆祝丰收。赛歌节上，人们将会选出一名歌声最美、形象最佳的姑娘为花魁，同时还要进行美食品评、服装展示、物品交流等活动。



央儒节

每年农历二月初二的央儒节是理县蒲溪羌族独有的具有代表性的春禱祭祀庆典，意味着春耕的开始。当天，在释比的带领下，男人们敲起羊皮鼓，烧起香柏枝、蜡、纸钱，敬上美酒，宰牛杀羊，祭祀神灵，人们共同祭拜大自然万物之神，祈祷来年风调雨顺，五谷丰登；请神灵降世，消除虫害，祈求天神和山神等神灵保佑全寨人寿年丰、全寨安宁。众人在祭祀塔前，当着诸神灵的面许下诺言，要在来年尊老爱幼、邻里和睦、勤劳耕织，不偷盗、不抢劫。

理县 自驾游行程推荐

“一廊四情”魅力游

游

桃坪羌寨—甘堡藏寨—毕棚沟—米亚罗

作为阿坝州内藏羌文化走廊，其人文景观独具特色，民族风情独树一帜，是体验藏羌文化的精品线路。

自然风景观光游

游

孟屯河谷—休溪草甸—毕棚沟

依孟屯河而上，游览孟屯河谷的美丽风景，至蒲溪乡休溪坪领略高山草甸及海子美景，再至毕棚沟体验最原始的秘境风光。

避暑养生休闲游

游

木卡羌寨—胆扎木沟—丘地村—猛古沟—八角碉藏寨

理县常年平均气温为 10 摄氏度左右，特别是夏天，理县依然凉爽宜人，游客可在这几个景点充分享受原生态的田园风光和藏羌民居生活，还可在古尔沟镇体验集饮、浴、疗功能于一体的古尔沟温泉。

历史文化体验游

游

桃坪羌寨—薛城古镇—甘堡藏寨—茶马古道

桃坪羌寨是具有 2000 多年历史的羌寨，被誉为“神秘的东方古堡”；较场村是盛唐文化古镇；甘堡藏寨的屯兵文化历史突出反映了抗击倭寇的伟大民族精神；杂谷脑镇的茶马古道是古代商贸往来的历史见证。这条线路可让游客舒心地细细品味理县厚重的历史文化。

红色文化寻迹游

游

佳山红军临时指挥部—薛城古镇—宝殿寺

游览这条线路，可在享受清凉气候的同时深刻感受红四方面军长征途经理县的艰辛和新时代理县藏羌儿女的幸福生活，是一条爱国主义教育旅游精品线路。

