

炎炎夏日,避开人潮寻找清凉小众避暑地正当时。这些国内秘境以独特风光与宜人气候,为你带来惬意夏日之旅。

# 夏日避暑国内小众胜地

## 东北:森林与草原的清凉之约

### 1. 黑龙江—伊春

伊春森林覆盖率达84.5%,拥有亚洲最大红松原始林,夏季气温20℃—22℃。漫步茅兰沟、五营国家森林公园,享受“森林浴”。建议游玩3—4天,住市区,早晚温差大需备外套,杀猪菜、粘豆包值得品尝。

### 2. 内蒙古—阿尔山

阿尔山地处大兴安岭,夏季草原广袤、天池澄澈、火山地貌奇特。相比呼伦贝尔,这里更小众自在。建议游玩3—5天,从机场租车自驾,提前订阿尔山森林公园门票,住小镇民宿,尝手把肉、奶制品。



杀猪菜



东北粘豆包



小兴安岭风光



烤全羊



蒙餐手把肉

## 西北:草原与湿地的凉爽秘境

### 1. 甘肃—狼渡湿地草原

位于青藏与秦岭过渡带,地势平坦,夏季仅十几摄氏度。草原藏有寺庙、宝塔遗迹,适合避暑怀古。建议游玩2—3天,跟随向导防陷沼泽,住农家乐,品烤全羊、养生八宝茶。

### 2. 甘肃—渭河源

作为渭河发源地,森林密布、溪流瀑布环绕,气候宜人,所在定西市获评“避暑旅游十强城市”。建议游玩1—2天,从定西出发,乘景区观光车,尝陇西腊肉、渭源马铃薯。



定西渭河源



甘肃定西市岷县狼渡湿地及扎角草原风光

## 西南:山川与湖泊的清凉净土

### 1. 云南—香格里拉

七月的香格里拉,蓝天雪山与草原花海相映。普达措等景点需提前预约。建议游玩5—7天,住独克宗古城,预防高反,吃牦牛肉火锅、酥油茶。

### 2. 四川—毕棚沟

夏日14℃,景色壮丽,人少清静。建议游玩2—3天,从成都出发,住古尔沟泡温泉,尝羌族老腊肉、荞麦面。

这些小众避暑地各具风情,无论是醉心森林草原,还是钟情山川湖泊,都能让你在清凉中感受自然之美,开启难忘的夏日之旅。

(全媒体运营中心综合 图片来自视觉中国)



香格里拉独克宗古城夜景



毕棚沟山中绿宝石



毕棚沟川西森林



云阶玉砌——香格里拉白水台